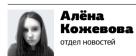
«Пандемия это время для самореализации»



ТЯЖЕЛОАТЛЕТ МАРАТ МАХМУДОВ ОБ УПОРСТВЕ И РАЗВИТИИ СПОРТА В СУРГУТЕ



В СурГПУ будущих тренеров знакомят с уличными видами спорта, такими как паркур, трикинг, воркаут, фриран и акрострит. Не все из этих дисциплин получили возможность развиваться в городе | Фото: личный архив м. махмудова

порт стал одним из популярных увлечений среди молодых людей. Немногие отказываются от этого хобби даже после поступления в университет, но лишь некоторые связывают с ним свою дальнейшую жизнь. Один из них — студент третьего курса факультета физической культуры и спорта СурГПУ Марат Махмудов.

- Почему ты выбрал тяжелую атлетику?

– Изначально я ходил на разные виды спорта: футбол, баскетбол, вольная борьба, волейбол, гиревой спорт. В итоге пришел к выводу, что заниматься хочу тяжелой атлетикой. Поначалу родители были против

этой затеи. но все же я добился желаемого, иоказалось, что не ошибся.

Кто подтолкнул тебя к идее заняться спортом?

-- Жизнь, связанная со спортом, началась со школы: мне очень нравились уроки физической культуры. После этого родители записали меня в спортивные секции. Там я ушел с головой в мир нового увлечения.

— Какими были твои пер-

– На самом де ле мне тяжелая атлетика давалась легко, я думал, что это мое призвание, даже тренер иногда удивлялся моему упорству на тренировках. У меня был самый лучший тренер Николай Бояров, который мог поддержать в трудные

- Сколько времени ты посвящал тренировкам?

- Тренировкам я посвящал все свое свободное время, они проходили шесть раз в неделю по три-четыре часа. Всегда оставался последним на занятиях, хотел быть на высоте. Тяжелой атлетике я посвятил семь лет тренировок, сейчас редко занимаюсь из-за проблем со здоро-

— Ты на кого-то равняешься? Или предпочитаешь идти собственным путем?

– Я не стараюсь равняться на великих мастеров спорта, они все разные, у каждого свои фишки, и, думаю, что каждый спортсмен должен показать самого себя, никому не подражая.

Во время первого выступления Марат Махмудов боролся за первое место в весовой категории до 56 кг

Расскажи о своем первом соревновании. Смог чтото выиграть?

Первое соревнование — это как первый шаг. А он всегда дается нелегко. Да, было страш-

но, сердце колотилось с бешеной скоростью, будто вот-вот выпрыгнет, но это волнение не помешало мне. Первые соревнования у меня прошли в поселке Солнечном. Я думал, приеду, выступлю и уеду ни с чем, но в итоге я занял первое место, и это вдохновило меня на дальнейшие победы.

– Как держишь себя в форме во время пандемии? Или пока отложил тренировки?

- Пандемия для меня не помеха. Это свободное время для самореализации. Поэтому я не расслабляюсь и продолжаю тренировки в домашних условиях.

– Ты чем-то занимаешься еще, помимо спорта?

– Спорт все-таки остается для меня незаменимым хобби. Сейчас предпочтение отдаю три-

...тренировкам я посвящал все свое свободное время, они проходили шесть раз в неделю по тричетыре часа...

кингу. Это спортивное движение, которое сочетает в себе акробатические элементы. Эти трюки я выполняю не только на земле, но и на батутах.

- Как думаешь, в Сургуте хорошо развиты спортивные учреждения?

- Я думаю, что нет, так как есть многие виды спорта, которым, к сожалению, не обучают в Сургуте. Было бы неплохо, если бы у нас появились новые сек-

– Что может помешать начинающим спортсменам и как с этим бороться?

– В первую очередь у человека должны быть цель и желание. Если будет желание, то будет расти стремление на пути к своей цели. В жизни спортсменов бывают как победы, так и поражения, и многие бросают спорт после череды неудач. Хотя в этих случаях надо наоборот тренироваться, чтобы в конце концов, пройдя тяжелый путь, достичь вершин. Нужно уметь перебороть себя, и тогда ты сможешь сделать все. Нет ничего невозможного, есть только цель и желание ее достигнуть.

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