

# Екатерина Скудина: «Мы едем в Веймут за золотом!»

**Е**катерина Скудина, Елена Облова, Елена Сюзева и запасная экипажа Ирина Лоцманова завоевали для России лицензию для участия в олимпийской парусной регате в дисциплине матч-рейс. Заняв итоговое 4 место, наши девушки вели бескомпромиссную борьбу за призовые места с лидерами мирового рейтинга из США и Франции и показали высокую готовность к штурму олимпийских вершин. Главный тренер сборной Сергей Джиенбаев сразу после финальных гонок так прокомментировал выступление россиянок: «Скудина сейчас на пике формы. Показывает лучшее, на что она способна. Наверное, девушкам еще нужно поработать со скоростью на

полных курсах, для этого необходим эксперт высочайшего уровня. Вопрос, кого пригласить. В России, в настоящий момент, специалистов выше уровня экипажа Скудиной нет. Из того, что я увидел, могу сказать, что в Перте тактика ведения борьбы у Екатерины отличалась от обычной, не было должного уровня агрессии по отношению к сопернику. Как мне виделось с берега, шкотовая и баковая отработали безупречно, все маневры выполнялись на высочайшем уровне».

Сегодня мы публикуем небольшое интервью с Екатериной Скудиной, которое рулевая российского экипажа дала корреспонденту нашего журнала вскоре после окончания чемпионата мира.



Фото Ocean Images/Perth 2011

– Как складывалась борьба в Перте? Какие этапы чемпионата вы можете отметить?

– Чемпионат мира был очень напряженным. В этом году нам пришлось уже дважды выходить на пик формы: в июне к Чемпионату Европы, в авгу-

сте к Преолимпийской регате. И вот теперь, в декабре мы готовились к чемпионату мира для завоевания лицензии на ОИ. Это очень серьезная нагрузка, в первую очередь психологическая. На мой взгляд, экипаж справился с этой задачей очень неплохо – 2

серебряные медали (ЧЕ и ПР – прим. «КиЯ») и 4 место в Австралии. Плюс лицензия.

Организаторы чемпионата мира гоночную дистанцию установили на довольно своеобразной акватории, которую отчасти можно сравнить с каналом



Foto Ocean Images/Perth 2011

имени Москвы. И в непосредственной близости от судового хода, по которому постоянно проходили огромные грузовые суда. Заходы ветра – до 60 градусов. И это притом, что всего в 500 метрах от нас – открытый Индийский океан безо всяких помех и с устойчивой погодой!

Нашей основной задачей было занять 1 или 2 место в группе, что обеспечивало выход в четвертьфинал и олимпийскую лицензию стране. И, несмотря на тревожное начало чемпионата, справиться с ней нам удалось. А вот финскому экипажу Сильи Лехтинен, лидирующему на протяжении всего отборочного круга и в результате занявшему 4 место в нашей группе «А», на следующем этапе не удалось попасть в лицензионную зону. А ведь Силья выиграла Предолимпийскую регату в августе. Так что весь чемпионат был крайне напряженным, непредсказуемым и очень сложным с точки зрения условий гонок.

– На соревнованиях такого уровня затраты какой энергии ощутимее: психической или физической?

– Конечно, психологический аспект значительнее. В физическом плане я чувствую большую разницу между тем, как приходилось работать на «Инглинге», и тем, как это происходит сейчас. «Эллиотт» очень спортивная лодка, начиная с 7-8 узлов ее необходимо откренивать всем экипажем, много движения и динамики и внутри

лодки. Так что все девушки стали подтянутыми, сильными, много внимания уделяют ОФП. Мы тоже не отстаем, сейчас привлекли к работе афинских специалистов, которые разработали для нас специальную программу по физической подготовке, а также программу по питанию.

– Что можете сказать об уровне своих соперниц по состоявшемуся полуфиналу?

– На мой взгляд, таким мог бы быть олимпийский полуфинал. Сейчас эти 4 экипажа наиболее стабильны и чуть впереди остальных конкурентов. Далее хочется отметить быстро прогрессирующий финский экипаж, голландок и австралиек. Но на Играх слабых не будет: всего 12 участниц, и каждая будет иметь шансы на золотую медаль. Олимпиада – это еще и борьба нервов, так что, посмотрим, у кого они будут крепче в августе!

– Как был организован тренировочный процесс при подготовке к чемпионату?

– У нас создана тренировочная база в Испании, недалеко от Таррагоны. Там находятся 2 лодки, и мы работаем со своими спарринг-партнерами, а также приглашаем иностранные экипажи. Там все приспособлено для эффективных тренировок: отлично оборудованная марина, тренажерный зал, пространство для теоретических занятий. Благодаря помощи Минспорттуризма

и лично В.Л. Мутко наш экипаж был выделен в отдельную группу финансирования, мы сумели привлечь к работе различных специалистов, доктора, тренера по ОФП и опытных иностранных тренеров. Тут, конечно, не обойтись и без частной помощи. Мне бы хотелось выразить большую признательность нашим спонсорам: Василию Сенаторову, Леониду Алтухову и косметической компании «Зеленая планета». Без этих средств нам было бы значительно сложнее идти к поставленной цели.

– Как будет строиться заключительный этап подготовки к Олимпиаде? Что следует изменить? На что Вы хотели бы обратить внимание?

– Подготовка к Олимпийским играм идет по строгому плану, мы много работаем на воде, занимаемся правилами, ОФП, психологической подготовкой. Сумели привлечь в качестве тренера опытнейшую и успешную спортсменку из Греции Софию Бекавтору. София прекрасно разбирается в нюансах олимпийской кампании. Она помогает мне в планировании, работе с экипажем, иностранными спарринг-партнерами, судьями – в общем, взяла на себя огромный пласт организационной работы, который мне пришлось делать до этого самой. По ее настоянию я на время приостановила свою работу в журнале Yacht Russia и полностью сосредоточилась на Олимпийских играх. Мне импонирует перфекционизм Софии, я ей всецело доверяю и уверена, что это именно тот тренер, который нам сейчас нужен. Пожалуй, это происходит со мной впервые: я действительно ощущаю, что вся подготовка выстроена правильно, я могу сконцентрироваться на себе, заниматься совершенствованием собственного мастерства.

– Какие сильные стороны ваши и вашего экипажа вы могли бы отметить?

– Наши сильные стороны – это, безусловно, скорость, способность быстро анализировать и принимать решения, ориентироваться в нестандартных ситуациях, психологическая устойчивость и способность бороться до конца. В то же время, нам еще предстоит повышать мастерство работы со спинакером, отрабатывать тактические приемы ведения гонок, действия



в стандартных ситуациях. Думаю, что на Олимпиаде мы сумеем предъяснить свои козыри!

– Как складываются взаимоотношения между спортсменами из разных стран, претендующими на призовой пьедестал? Можно ли говорить о взаимопомощи, едином духе соревнований? Или каждый, что называется, «ест свой хлеб»?

– В целом нужно отметить, что флот в матч-рейсе стал намного дружелюбнее и открытее, появилась определенная этика поведения и взаимной поддержки. Матчевые гонки более напряженные, короткие и, мне кажется, более интересные, чем, например, гонки флота в «Инглинге». Да и ситуация, когда спортсмены выступают на предоставленных организаторами лодках, безусловно, снимает огромный объем работы по совершенствованию материальной части. Сейчас я с ужасом вспоминаю, сколько времени и энергии отнимали заботы о лодке, мачтах, парусах (которых было около 50 штук!) и разных мелких деталях «Инглинга». Сейчас мы работаем над техникой, тактикой, стратегией, коммуникацией, то есть весь фокус – на работе экипажа, а не на матччасти.

Поэтому, я полагаю, у всех появилась дополнительная энергия и время для общения между собой. Кроме того, в матчевых гонках не обойтись без спарринг-партнера, поэтому мы вы-

страиваем конструктивные и партнерские отношения с многими иностранными экипажами. А в ответ наблюдаем уважительный и открытый подход и с их стороны.

Однако, нужно понимать, что в последние месяцы перед Олимпиадой многие экипажи закроются внутри своих стран со своими собственными спарринг-партнерами. Так что мы, в свою очередь, готовим российский спарринг-экипаж. Это также дает возможность запасным шкотовым проводить большое количество часов на воде.

– Чьи наставления, подсказки при подготовке к соревнованиям для вас наиболее полезны и важны? Какие интересные рекомендации или советы последних месяцев вам запомнились?

– Еще осенью прошлого года, как раз перед чемпионатом мира, мне посчастливилось участвовать в одном из этапов гонок на яхтах класса RC44. И в один из дней на нашу лодку в качестве консультанта пришел Рассел Коутс. Я была потрясена его опытом, его внимательным отношением к каждой мелкой детали, связанной с управлением яхтой. Большое впечатление произвело и то, с каким вдохновением и азартом он рассказывал о тонкостях настройки и ведения лодки. Для меня это был незабываемый урок.

С другой стороны, работа с Софией для меня тоже очень интересна. Ее подход не менее требовательный, внима-

тельный к деталям, не оставляющий без внимания ни один элемент гонок. Поработав под ее руководством некоторое время, я поняла, почему она стала олимпийской чемпионкой в Афинах и бронзовым призером в Пекине. Она дает очень много ценной информации. В частности, один из советов был сконцентрироваться на совершенствовании собственного мастерства, а работу с экипажем предоставить ей самой. Для меня это огромная помощь.

– Что, помимо борьбы за медали, лично вы ожидаете от Олимпиады? Что для вас означают Игры?

– Олимпийские игры для меня – это работа. Хочется верить, что уж в третий раз не будет никаких неожиданных открытий и ненужных сюрпризов. Олимпиада – это наиболее сложное и напряженное из всех соревнований, где нет места проявлению эмоций – все они должны быть подчинены результату. Поэтому мы постараемся поддерживать спокойную, рабочую атмосферу, как на обычной регате, максимально ограничим общение. Подход «главное не победа, а участие» – не для меня. Мы едем в Англию за золотой медалью. А это накладывает значительные ограничения на образ мыслей и жизни. И как бы нам ни хотелось верить во что-то иное, олимпийский спорт – это, прежде всего, колоссальный труд, и побеждает, как правило, тот, кто к этому готов. ■

*Беседу вел Андрей Петров*

