



МИГ ПОБЕДЫ – ЭТО СЧАСТЬЕ

В ДВЕНАДЦАТЬ ЛЕТ ЕЛЕНУ ВОДОРЕЗОВУ УЗНАЛА ВСЯ СТРАНА. ХРУПКАЯ ДЕВОЧКА С ДВУМЯ ХВОСТИКАМИ ВМИГ СТАЛА ВСЕОБЩЕЙ ЛЮБИМИЦЕЙ. ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ ЕЛЕНА ВЫШЛА ЗАМУЖ, РОДИЛА СЫНА И ВНОВЬ ВЕРНУЛАСЬ В РОДНЫЕ СТЕНЫ ЦСКА, ТОЛЬКО ТЕПЕРЬ УЖЕ В РОЛИ ТРЕНЕРА. СЕГОДНЯ ОНА СОВМЕЩАЕТ РОЛЬ НАЧАЛЬНИКА КОМАНДЫ И ГЛАВНОГО ТРЕНЕРА ЦСКА ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ.

Надевайте унты и вот этот пуховик. Сейчас пойдём на лёд.
...На льду – воспитанник ЦСКА Артем Бородулин. Традиционное приветствие – и тренировка началась.

Вообще-то у нас сейчас отпуск, – поясняет Елена, – и практически все разъехались. Но мы с Артемом продолжаем тренировки. И он, и я пожертвовали отдыхом, потому что так надо.

Сколько продлится отпуск?

Десять дней. А потом мы всей школой уезжаем на летний сбор в Сочи, где ребята смогут восстановиться после сезона: будут принимать ванны, грязи, массаж. Тренировки будут проходить не на льду, а на стадионе, на свежем воздухе, в тепле. Этот процесс летнего восстановления крайне важен, потому что практически круглый год мы находимся на холодном льду.

Елена, думали ли вы, закончив спортивную карьеру, о том, что станете тренером и что вообще вернетесь на лёд?

Нет, после спорта хотелось отдохнуть. Я вышла замуж, родила ребенка... Была семейной, домашней и уютной. Но вскоре поняла, что сидеть дома мне скучно, и я решила начать тренировать маленьких детей. О профессиональном тренерстве я тогда не думала, но потом постепенно втянулась.

Вообще, на мой нынешний взгляд, тренировать маленьких детей намного сложнее, чем взрослых. Потому что профессиональный спортсмен сам знает, чего он хочет, и ты выступаешь в роли его помощника. А четырехлетние дети, которых родители приводят на лёд, и слова-то не все еще выговаривают, и понимают далеко не все. А тренер должен им объяснить,

ЛИЧНОЕ ДЕЛО

Елена Водорезова (Буянова) родилась 21 мая 1963 г. в Москве. Фигурным катанием начала заниматься в четыре года. С шести лет тренировалась в школе ЦСКА под руководством выдающегося тренера СССР Станислава Жука. Произвела сенсацию на Олимпийских играх 1976 г., когда в возрасте двенадцати лет исполнила три тройных прыжка в произвольной программе. Елена – шестикратная чемпионка СССР, многократный призер чемпионатов Европы и мира. Из-за прогрессирующего полиартрита закончила выступления в большом спорте в 1984 г. С 2003 г. – главный тренер команды ЦСКА по фигурному катанию, тренер сборной команды России. Замужем. Муж – Сергей Буянов, работает в киноиндустрии. Сын – Иван, 22 года, выпускник Юридической академии.

что он от них хочет и что они должны делать.

Что вы как тренер переняли у Жука? (С. А. Жук, заслуженный тренер СССР, наставник Е. Водорезовой – Прим. ред.) Мне сложно сравнивать, потому что, когда я каталась, это было одно фигурное катание, а сейчас совершенно другое. Хотя многое в новой системе судейства взято из системы Станислава Алексеевича. Он тоже всегда работал над



«ПРЯМО НА
ЛЬДУ МНЕ
ПОДАРИЛИ
КРОШЕЧНОГО
ЩЕНКА»



*Вверху: Елена Водорезова и Станислав Жук.
Внизу: коллектив школы ЦСКА во время визита Госсекретаря США Кондолизы Райс.
Общее фото на память*



улучшением качества элемента. Поэтому мне, прошедшей его школу, может, в чем-то и легче работать сейчас, чем другим. Хотя, знаете, когда катаешься, то не задумываешься о профессии тренера. И только потом, если посвящаешь себя тренерской работе, постепенно вспоминаешь какие-то вещи. Причем с каждым учеником всплывает что-то новое.

Часто ли вас Жук хвалил?

Хвалил. Но сейчас, будучи сама тренером, я понимаю, что не всегда это бывает словесная похвала. Потому что в процессе работы иногда так устаешь, что не хватает сил, чтобы что-то сказать. Но спортсмен все равно чувствует, когда тренер доволен, а когда нет. Мы проводим вместе большую часть дня, и поэтому настолько чувствуем настроение друг друга, что слова особо и не нужны. Хотя, конечно, спортсмен всегда ждет похвалы от тренера.

А как вы сами относились к своим победам и своей популярности?

Начнем с того, что спортсмен вообще тренируется ради побед, поэтому, когда победы приходят — это радость, это счастье, потому что это итог твоей работы. Хуже, когда побед не бывает. Но радость победы — это один день, миг счастья. А вслед за этим наступает усталость, опустошение, и ты понимаешь, что завтра все начнется сначала — суровые тренировочные будни, потому что надо идти дальше. Что же касается популярности, то в двенадцать лет я не чувствовала себя звездой. Не помню, может, какой-то налет звездности у меня и был, но тренер, да и родители как-то очень быстро это пресекали. А когда уже стала постарше, стала больше понимать, то, конечно, мне нравилось чувствовать себя в центре внимания. Популярность — это всегда приятно. Но заикливания на своей популярности у меня никогда не было.

Были ли у вас моменты кризисов, депрессии?

«НО СПОРТСМЕН ВСЕ РАВНО ЧУВСТВУЕТ, КОГДА ТРЕНЕР ДОВОЛЕН, А КОГДА НЕТ»

РЕКОРДЫ

Елена Водорезова — первая женщина в истории фигурного катания, исполнившая:

- тройной прыжок в короткой программе (1976);
- тройной прыжок в каскаде (тройной тулуп — двойной тулуп и двойной флип — тройной тулуп, 1976);
- тройной прыжок, который следовал вторым в каскаде (двойной флип — тройной тулуп, 1976);
- три тройных прыжка в произвольной программе (два тулупа и сальхов, 1976);
- тройной риттбергер на чемпионате мира (1978);
- пять тройных прыжков в произвольной программе.

Не скрою, были моменты, когда хотелось все бросить. Происходило это тогда, когда накапливалась усталость, когда что-то не получалось или не было видно какого-то прогресса. Самое интересное, когда я заболела, у меня даже мысли не возникло о том, чтобы все бросить. Наоборот, хотелось все преодолеть и выстоять. Так же и в работе. Особенно тяжело, когда от тебя уходят спортсмены. Но это минутная слабость, а в голове все равно сидит потребность идти дальше и дальше.

Как строится сегодня ваш рабочий день?

Сейчас я себя чувствую такой королевшиной, потому что могу приезжать на каток где-то в половине одиннадцатого. Обычно тренировки у меня начинались с семи утра, поэтому всю свою

сознательную жизнь я вставала в полшестого — в шесть — и катаюсь, и тренирую. И все эти годы я мечтала о том времени, когда смогу встать позже. И вот время настало. В ранние утренние часы занимаются малыши, которым нужно идти в школу. У меня же сейчас тренируются старшие ребята. Я высыпаюсь и приезжаю на тренировку счастливой выспавшейся женщиной. А домой прихожу около девяти вечера. Благо и муж, и сын у меня бывшие спортсмены, и они с пониманием относятся к моим поздним возвращениям с работы домой, отъездам на сборы и соревнования.

А кто помогает вам по дому?

У меня есть помощница, которая занимается домом, а на кухне помогает мама. Особенно когда я уезжаю. Она же возится и с моей собакой. Йорка мне подарил несколько лет назад муж, когда я не была настолько загружена работой в ЦСКА и у меня хватало времени с ним заниматься. А сейчас маме опять пришлось все заботы о моей собаке взять на себя.

Опять?

Да. Мне было двенадцать лет, когда после выступления мне прямо на льду подарили крошечного щенка. Конечно, мне щенок был в радость, но времени им заниматься у меня совершенно не было. Так он и прожил всю жизнь с мамой. Сейчас история повторилась.

Как случилось, что вы возглавили школу ЦСКА?

Все произошло совершенно случайно и неожиданно. На тот момент было некому взять на себя эту работу, я и согласилась. Правда, была твердо уверена в том, что все это временно. А оказалось, что надолго. Я звала на себя мужскую работу. На совещаниях у замминистра обзоры — единственная женщина, остальные все руководители школ ЦСКА — мужчины в военной форме. Но ничего, я втянулась. И мне это даже нравится.

Что изменилось в ЦСКА за эти годы?

Одно из самых главных наших достижений — это замечательный коллектив во главе с директором школы Светланой Кандыба. Это огромная заслуга Светланы и ее команды — завуча, инструктора и тренеров, которые создали эту школу. Мы пришли, можно сказать, к разбитому корыту, потому что на тот момент школы ЦСКА просто не существовало. Не было своего льда, были утрачены и забыты традиции. Занималось всего человек пятьдесят, а на сегодняшний момент занимается около шестисот. За эти годы мы вырастили чемпионов России — это Андрей Грязев и Аделина Сотникова, которая в этом году вообще выиграла все соревнования. Призером чемпионата мира среди юниоров стал Артем Бородулин, есть победители и призеры первенств России в разных возрастных группах. Победители — это Елена Родионова и Дмитрий Михайлов (младшая возрастная группа), Анна Овчарова (старшая возрастная группа), и два призера — Александр Самарин и Кристина Засеева. Словом, результаты говорят сами за себя. Здесь каждый стремится работать на результат. И то, что удалось создать нашей команде, — это дорогого стоит.

Как происходит отбор тренерского состава?

У нас есть возможность брать тренеров на контрактной основе. Принимая человека на работу, мы оцениваем его труд, и если что-то не устраивает, мы расстаемся. Когда мы пришли, у нас были молодые тренеры, которых мы научили работать. И сегодня у нас прекрасный коллектив высокопрофессиональных тренеров, которым мы гордимся и дорожим. Директор и сотрудники ледового дворца, заливыщики — им мы тоже благодарны, ведь для того, чтобы хорошо кататься, нужен хороший лед. У нас все это есть.

Огромную помощь нам оказывает Татьяна Анатольевна Тарасова. Мы без нее никуда, это

тот человек, который регулярно приходит к нам, помогает своими советами. Для нас это ценно, потому что без этого никаких побед бы не было. Ребята привыкли к тому, что Татьяна Анатольевна приходит к нам на тренировки, стараются впитывать каждое ее слово. Мы все — и тренеры, и спортсмены — у нее учимся, потому что этот человек обладает безупречным вкусом и знаниями. Она ставит практически всем ребятам программы, и каждому спортсмену она умеет подобрать именно ту музыку, поставить ту программу, которая подчеркнет его индивидуальность.

У нас есть свой тренировочный каток, которым мы гордим-

«КОГДА ЗАБОЛЕЛА, ДАЖЕ МЫСЛИ НЕ БЫЛО ВСЕ БРОСИТЬ»

ся. Наконец-то мы имеем свой лед, который не нужно ни с кем делить.

С чего началось строительство?

Несколько лет назад Владимир Владимирович Путин, будучи тогда еще президентом, приезжал в ЦСКА посмотреть клуб, его спортивные базы. Посмотрел и спросил, какие у нас есть проблемы. Я сказала, что фигуристам нужен тренировочный каток, потому что сложно показывать результаты, не имея своей тренировочной базы и катаясь с хоккеистами на одном льду, где даже температурный режим должен быть разным. И он сказал: «Будет». Нам выделили средства на строительство, стройку лично курировал министр обороны Сергей Иванов. Торжественное открытие катка состоялось в 2006 году. Я в тот момент находилась на Олимпиаде в Турине, поэтому на церемонии открытия быть не

смогла. Но радость от сознания того, что у нашей школы есть теперь свой лед, была огромной.

Строительство тренировочного катка — это как раз тот случай, когда у людей слова не расходятся с делом. Мы получили прекрасное здание, в котором есть все, что необходимо для полноценных тренировок: хороший лед, теплые раздевалки, зал для занятий хореографией...

Сейчас у вас тренируются талантливые ребята — Денис Тен и Артем Бородулин. Как вы оцениваете их перспективы?

Денис — талантливый ребенок, и ему гораздо проще, чем другим, даются какие-то элементы фигурного катания на коньках. Но к тому результату, который он показал на минувшем чемпионате мира, мы с ним шли долго. На чемпионате мира он не просто выложился и психологически полностью отдался во время катания. Тен, бесспорно, сотворил невозможное. Чтобы на второй разминке встал зал — такого в истории фигурного катания вообще никогда еще не было. В шоке были все, и в первую очередь он сам. Минувший сезон был отборочным перед Олимпиадой, и каждая страна пыталась завоевать себе место. Выступление Дениса многим спутало карты, ведь Казахстан вообще был неучитываемой страной. Конечно, ему было сложно. Но все получилось. И теперь Денис уже точно едет на Олимпиаду в Ванкувер. И мне, как тренеру, это безумно приятно.

Артема я уважаю за его мужские качества. Ему еще предстоит побороться за право войти в состав олимпийской сборной России, но мы с ним вместе многое уже преодолели и я в него верю. У него было два перелома, ему делали операцию — вставляли в ногу железный штифт. Через все это он достойно прошел, не опустил руки, и я надеюсь, что Артем себя еще проявит.

Впереди осень. А это значит, что по всей стране начнется набор

детей в секции фигурного катания. Какими данными должен обладать ребенок, чтобы заниматься этим видом спорта?

Во время просмотра в первую очередь обращают внимание на растяжку и прыгучесть детей. Но когда ребенку четыре года, никто вам не скажет, станет он олимпийским чемпионом или нет. Это зависит от многих факторов. Поэтому нужно просто начать заниматься. Остальное понимание придет по ходу занятий.

Как правильно сделать выбор, куда идти заниматься?

Я сама мать и считаю, что выбирать надо из того, что находится рядом с домом. Потому что возить ребенка из одного конца города в другой, особенно в Москве, достаточно тяжело.

И здесь главная проблема даже не в том, что устает ребенок, а в том, что не выдерживают родители. Поэтому в первую очередь надо гнаться не столько за престижностью школы, сколько за удобством. А уже во вторую очередь вы должны решить для себя, чего вы в итоге хотите добиться. Если вы хотите, чтобы ребенок просто ходил заниматься для себя, — это одно. Ребенок может перейти дорогу, позаниматься и вернуться обратно. Но, конечно, если вы хотите, чтобы он занимался профессиональным спортом, то нужно искать профессиональную школу с профессиональными тренерами. И здесь нужно четко понимать, что для родителей это большая работа и тяжелый труд, который занимает много времени.

Школа ЦСКА всегда славилась своими традициями и великими спортсменами. Насколько сложно сегодня попасть к вам?

Раньше мы вообще брали всех, но сейчас столько родителей хотят, чтобы их дети занимались фигурным катанием на коньках, что у нас есть возможность отбора способных детей. Бывает, что и отказываем — либо по состоянию здоровья, либо если видно, что ребенок вообще не создан для это-



Серебряный призер чемпионата мира 2008 среди юниоров Артем Бородулин с тренером, София (Болгария)

«ЗДЕСЬ КАЖДЫЙ СТРЕМИТСЯ РАБОТАТЬ НА РЕЗУЛЬТАТ»

го вида спорта, — превышение веса или какие-то другие проблемы.

Как быть родителям, дети которых не прошли отбор?

Расстраиваться и уж тем более отчаиваться не нужно. Ребенка всегда можно отдать заниматься в группу здоровья или в другой вид спорта. Правда, есть примеры, когда ребенок начинал заниматься в группе здоровья, втягивался и переходил в спортивную школу. В любом случае каждое занятие, особенно спорт, пойдет только на пользу.

Елена Семикова

