



## ЗОЛОТО ЕВРОПЫ НЕ ЗА ГОРАМИ!

Студенка второго курса Факультета физической культуры (ФФК) НГПУ Валерия Борисова, вошедшая в состав участников чемпионата Европы-2014 по каратэ, который будет проходить в Цюрихе (Швейцария) в конце ноября, поделилась с корреспондентом «ВУ» своей спортивной историей и рассказала о планах на будущее и желанном «золоте» Европы.

### – Расскажи, почему ты решила поступить на ФФК НГПУ?

– Я уже сейчас работаю тренером в своем спортивном клубе «Динамо». Это занятие мне очень нравится, работа с детишками – это нечто! Их эмоции, взлеты и падения, искренние чувства – я получаю от этого огромное удовольствие. Факультет физической культуры НГПУ я выбрала, потому что он даст мне именно те знания, которые будут необходимы в тренерской работе. И мои ожидания оправдались, мне очень нравится здесь учиться.

### – Как получается совмещать учебу и спорт?

– Пока справляюсь, несмотря на то, что часто приходится уезжать. Я практически во всех соревнованиях участие принимаю, но освоить учебную программу успеваю.

### – А в каких-нибудь соревнованиях от вуза ты участвуешь?

– Вот весной выступала за честь НГПУ на «Студенческой России». Заняла третье место. На этих соревнованиях выступали спортсмены от 17 до 27 лет, и я была одной из самых молодых участниц. Многие соперники уже имели солидный опыт и серьезные победы за плечами, так что победить

было трудно. Хотелось бы выступить лучше, но мой результат тоже неплохой.

### – Как ты пришла в этот спорт? Что повлияло на твой выбор?

– Это довольно забавно! В детстве я посмотрела мультфильм «Черепашки-ниндзя». Меня он настолько впечатлил, что я попросила родителей, чтобы меня отвели в секцию каратэ. Мне было 9 лет, и мама с папой очень волновались, но тем не менее считались с моим выбором.

### – Расскажи про первую победу.

– Первую медаль я завоевала на Первенстве Сибири в 2005 году. Сначала меня не хотели брать в команду, считали, что я не готова. Но родители убедили тренера, что нужно попробовать – и я неожиданно для себя и своего тренера заняла второе место! Это была моя самая первая и яркая победа.

### – Как ты настраиваешься перед боем, есть ли какой-то секрет?

– Я своих соперников знаю, потому что мы не раз встречались на соревнованиях, поэтому, конечно, представляю, чего от них ожидать. А перед соревнованиями я разговариваю с папой, который меня поддерживает и придает мне уверенности. Это традиция. Обычно я волнуюсь, но с каждым со-

ревнованиями все меньше и меньше, появляется уверенность в себе.

### – Ты состоишь в сборной России по каратэ? Что надо сделать, чтобы попасть в состав?

– Да, состою с 2012 года. Отбор происходит по результатам выступлений на чемпионатах и кубках России в течение года, если они достаточно высоки, ты можешь попасть в состав сборной.

### – У тебя есть цель?

– Конечно, есть! У меня их достаточно много. Одна из них – стать первой на ближайшем чемпионате Европы в Цюрихе. Это минимум, которого я хочу добиться. В Европе серьезные соперники, будет тяжело. Я уже знаю этих спортсменов, знаю их тактику, но они, как и я, регулярно тренируются – неизвестно, как они себя покажут на этих соревнованиях. Нужно стремление, усилие и главное желание победить. В подобных соревнованиях я уже участвовала: в 2012 году в Сербии на чемпионате Европы заняла третье место, а в 2013 году получила «бронзу» на чемпионате мира в Ливерпуле. Так что у меня точно все получится!



Лидия  
Ведерникова