

Если бы на чемпионате мира по художественной гимнастике, кроме «Мисс грация», вручали еще и «Мисс счастье», то у Беларуси было бы вдвое больше шансов стать абсолютным призером в этих номинациях. По умолчанию грациозная гимнастка Екатерина Галкина обладает на редкость обаятельной улыбкой и умением видеть что-то хорошее даже в обычных вещах. Добавьте к этим характеристикам медали с чемпионата мира и Европы, а также олимпийскую лицензию — и перед вами надежда белорусской гимнастики.

Где у нее перехватило дыхание, когда можно почувствовать себя Бейонсе и с каким предметом дело дошло до драки? Об этом и многом другом журналу «Наш спорт» рассказала Екатерина Галкина. При этом, каждая фраза спортсменки казалась чрезвычайно выверенной, а с лица девушки-красавицы не сходила улыбка.

## Екатерина ГАЛКИНА,

серебряный призер чемпионата мира по художественной гимнастике:

# «Олимпийские игры в Рио для меня будут дебютом»

### О I Европейских играх в Баку:

— Это очень похоже на Олимпийские игры. А старты четырехлетия в карьере любого спортсмена — это самое главное. Для меня в азербайджанской столице все было очень необычно и интересно. На мой взгляд, Европейские игры отличаются от наших обычных соревнований. Например, тем, что на таких спортивных

«саммитах» больше людей, чем на «профильных» чемпионатах, да и масштаб события впечатляет. Мы все очень дружелюбно общались друг с другом, находясь в составе белорусской спортивной делегации. Как мне показалось, у нас была большая и дружная команда. Постоянно подбадривали одного, интересуясь, как дела, как выступили

«однопольчане»? Разве можно это сравнить с Универсиадой в Южной Корее, где белорусское «представительство» ограничилось, считайте, 20 человеками, в то время как в команде США насчитывалось несравненно больше. А с учетом того, что художественная гимнастика по программе завершает соревнования, то мы мало с кем из наших повстречались. При этом я ни в коем случае не хочу принизить значение студенческого чемпионата и сказать, что эти старты по важности так себе. Любая проба сил на топ-турнирах — это тебе же во благо. Я думаю, если спортсмен пропускает Универсиаду, то точно не из-за формата соревнований. Может кому-то не позволяет график — к примеру, приближающийся чемпионат мира. Если в одно время будет Универсиада и первенство планеты, то я, конечно же, отдам предпочтение чемпионату мира. Хотя на сей раз «мосты» были разведены очень умело. У нас хватило времени на все: мы съездили и на Европейские игры в Баку, и на Универсиаду в Южную Корею, а потом на ЧМ в Штутгарт. Успели все.

### О чемпионате мира в Штутгарте:

— Я сделала все, что могла. Слава Богу, у меня получилось завоевать лицензию. Олимпийские игры в Рио для меня будут дебютом. Я волнуюсь, потому что не



могу пока себе представить, как будет проходить предолимпийский чемпионат. Наверное, зря волнуюсь, потому что любые старты — это волнение и ответственность. Мировое первенство в Штутгарте тому подтверждение — оно мне далось очень непросто. Если на свой первый чемпионат мира я приехала просто, чтобы хорошо выступить, то нынче ситуация была немножко другой — перед мною стояла определенная цель: мне нужно было взять олимпийскую лицензию. Я просто рада, что все закончилось хорошо. Как в хорошем кинофильме.

#### О кино:

— Я смотрела некоторые фильмы о спортивной гимнастике. По памяти скажу, что их названия — «Бунтарка» и «Гимнастки». Мне почему-то приходит на ум аналогия этих картин со схожестью на художественную гимнастику. Наверное, потому, что я где-то могу смотреть такое с точки зрения спортсменки, когда к тебе закрадывается мысль: ей бы носочек дотянуть или еще какая-нибудь «наука». Но техника у нас, по сравнению с телеэкраном, совсем разная. Мне, тем не менее, эти картины очень нравятся. Если бы я была в качестве консультанта в фильме о художественной гимнастике, то показала бы все тонкости, которые простой зритель не может заметить. Например, как проходят тренировки — известно только тем людям, кто сам через это проходит. Зрители приходят на соревнования и видят результат проделанной работы. Полторы минуты красоты, а годы «до» того никто не видит.

#### О программах на олимпийский сезон:

— Мы уже решили поменять все номера. Для меня это было неожиданно, но я только «за». Что-то из прошлогодней программы уже «приелось» зрителям, и мне интереснее работать над новыми образами.



#### О волнении перед стартом:

— Не знаю, когда мне легче выступать: в начале взрослой карьеры или сейчас. В чем-то стало проще, а в чем-то — сложнее. Легче, потому что с каждым стартом у меня накапливается опыт. А тяжелее — из-за возросшей ответственности. Может, чем больше будет опыта, тем спокойнее мне будет на ответственных стартах. Волнение все равно присутствует, и от этого состояния никуда не денешься. Хотя в юниорках я чувствовала гораздо большее внутреннее давление, чем сейчас. Иногда я могу совсем спокойно идти выступать, как это было на чемпионате Европы. А порою что-то давит, и ничего не можешь с этим сделать. И ты вроде понимаешь: все хорошо. Зал хороший, уютный, те же люди, которых ты видишь на протяжении месяцев каждую неделю. А бывает такое, что раз и... Но такое состояние тоже надо принимать. И не зря такое бывает, наверно. Психолог, конечно, помогает. Я узнаю что-то новое, что-то принимаю, а что-то и так знаю. В принципе, я сама могу себя настроить. Если бы не было в команде психолога, пришлось бы справляться своими силами. Но у нас есть возможность обратиться к профессионалу. Почему бы ею не воспользоваться!

#### О музыке:

Мне нравится, когда есть возможность выбрать для одного предмета музыку со словами. Например, в фигурном катании это уже давно было разрешено. Единственное, я не очень понимаю, когда для исполнения танцевальной программы подбирается музыка, которая звучит чуть ли не в каждом провинциальном клубе. Я не очень воспринимаю ее на соревнованиях. Такое редко, но бывает. А когда берут интересную музыку, которую дополняют слова, то это звучит хорошо — мне это по душе. Вообще, как и любой нормальный человек, я не могу выступать под музыку, которая мне не нравится. Могу согласиться, но я под нее не выполню программу. Время подсказывает, что в первую очередь, композиция должна нравиться мне и всем окружающим. Тренеру, потому что он с ней работает, а постановщику, потому что он под нее ставит номер. По-хорошему, надо чтобы музыка была одним целым со всей командой, задействованной на выполнении одной задачи. Я могу услышать хорошую музыку для своего номера в фильме, в рекламе, где угодно. Хотя под каждый выход нужно искать свою

## Спортивно-оздоровительный комплекс «Веста» это:

- спортивные площадки, активный отдых и развлечения;
- релакс — сауна-люкс, боулинг, бильярд;
- широкий комплекс медицинских услуг;
- конференц-залы до 120 мест;
- рестораны, кафе белорусской и европейской кухни.

**Приглашаем приятно отдохнуть, окунуться в атмосферу спорта и здорового образа жизни. И все это в живописном зеленом уголке в 30 км от Минска.**

**Контактные телефоны: +375291601539; +375447788562; +375171667011**



мелодию. Получается, что все четыре упражнения не могут быть исполнены в одном стиле. Музыкальные композиции для каждого предмета должны быть разными. Мне нравятся разные направления музыки: классическая, лирическая, танцевальная. Это зависит от качества самого произведения. У меня нет определенной композиции, под которую мне бы хотелось сделать номер. Я не мечтаю, а сразу делаю.

#### О показательных номерах:

— Идею показательного номера с кубом для чемпионата Европы в Минске мне подсказали. Куб был сделан из железа. Поэтому он оказался жутко тяжелым и ужасно сильно бился о мои кости. Он меня пару раз так побил, что я его чуть не отбросила в сторону. Однажды я сломала кубу одно ребро. Правда, его кое-как починили. В показательных выступлениях на «Минск-Арене» музыка для номера была моей идеей. Мне очень нравится эта песня группы «Би-2». Костюм обсудили с постановщиком. А недавно мне составили еще один показательный номер. Вкратце скажу, что это за секретное выступление. К примеру, я работаю двумя веерами, между которыми натянута ткань. А музыку исполняет израильянка Ясмин Леви. Под песню этой же исполнительницы у меня была программа под булавы. Она поет на испанском языке, а музыка с восточными мотивами... Поэтому получается такое интересное сочетание.

#### О занятиях вне спорта:

— Мне понравилось принимать участие в съемках фотосессий и рекламе. Еще хотелось бы попробовать себя в качестве стилиста. Я сама всегда стремлюсь хорошо выглядеть. И наверно, спасать тех, кто не умеет, как следует, за собой смотреть. Мне нравится видеть вокруг себя красивых людей. Стилист создает образ из уже готовой одежды. Я могу придумать в голове вещь, но рисовать не пробовала, не умею. И спорт не оставляет много времени на это.

Об иностранных болельщиках:

— Поведение болельщиков зависит не от страны, а от самих людей. На клубном чемпионате в Италии зрители приходят посмотреть на своих

детей, и они знают спортсменов высокого уровня в лицо. Там всего два десятка клубов, и за каждый выступает гимнастка топ-уровня. И, конечно, болельщики могут подойти, что-то сказать. А недавно мы вернулись с показательных выступлений в Испании. Вот уже не предполагала, что там настоящие фанаты гимнастики. Как ни крути, а получается, что в Испании художественная гимнастика считается национальным видом спорта и внимание к ней просто невероятное. Представляете, что четыре тысячи зрителей приходят, потому что им это нравится, а не потому что их заставили. Дети плачут, когда ты им не даешь автограф. Одна девочка чуть в обморок не упала, когда ей кинули мастерку одной звездной гимнастки. В Испании можно почувствовать себя Бейонсе. Болельщики хотят хоть подержаться за руку, когда ты проходишь мимо. Признаюсь, что однажды мне чуть руку не оторвали, но все равно это очень приятно.

У нас в стране гимнастику знают не так, как хоккей, например. Но, мне кажется, это связано не с тем, что людям не нравится. Может, они просто не понимают наш вид спорта. Проще смотреть футбол, где видно: забил кто-то гол или нет. Или пробежал быстрее всех — это тоже ясно. А у нас — субъективное все. И люди не понимают: «Мне понравилась гимнастка, а почему она не первая, а пятая?» Конечно, гимнастика в нашей стране развивается, но нет предела совершенству.

#### О поездке в соляные шахты Солигорска:

— Если честно никто из всей спортивной группы не думал, что это будет настолько серьезно. Мы оценили весь масштаб экскурсии только, когда зашли в раздевалку, там висело полное обмундирование, полное! От нижнего белья, до баллона с воздухом. Это было очень интересно и немного страшно, потому что необычно. Перед спуском под землю с нами провели целый инструктаж по технике безопасности. Например,



как правильно спускаться на лифте в шахту; как пользоваться фонарем, который закреплен у нас на каске, или как работает баллон с воздухом... В шахтах целый подземный мир. Даже ходит транспорт — такие маленькие вагончики переезжают из одной лавы в другую. Мы провели на глубине полкилометра около двух часов. Баллонами с воздухом, к счастью, не пришлось воспользоваться, но был один момент, когда я решила глубоко вздохнуть. И поняла, что не могу этого сделать. Рядом кто-то стоял, и я дернула его: «Я не могу вздохнуть, что делать?» Мне сказали, сделать пару резких вдохов-выдохов. Раз-раз сделала, отдышалась, вроде нормально. Я не сильно испугалась, там все равно дышат люди. У меня просто сбилось дыхание. Я никогда не знала чувства, когда люди не могут сделать вдох, а теперь я его знаю. И знаю цену шахтерского труда. Наверное, труд гимнастки в сравнение тут не подходит. Хотя и сказать, что наш вид спорта сродни легкой прогулке — утверждать не могу. Не зря ведь в народе говорят, что все познается в сравнении. И только после этого ты будешь знать, правильный ли выбор ты сделал в жизни. В отношении себя скажу, что я «угадала» с художественной гимнастикой и пока вне ее себя не вижу.

**Со звездой встречалась  
Екатерина ОСТАПЕНКО**