

Белорусский лыжник Михаил Семенов в определенном смысле уникален. Он побывал на двух Олимпиадах в разных ипостасях: в биатлоне и в лыжных гонках. И если в Ванкувере спортсмен был запасным в команде «стреляющих лыжников», то Олимпийские игры в Сочи провел как один из лидеров нашей сборной по лыжным гонкам.

О том, каково ему делить одну трассу с биатлонистами, и с каким великим спортсменом их объединяет любовь к одиночеству, он рассказал корреспонденту «НС».

## Михаил СЕМЕНОВ,

участник Олимпийских игр по лыжным гонкам:



# «Я не люблю, когда на трассе мне кто-то дышит в спину»

— Михаил, когда и как вы первый раз в жизни встали на лыжи?

— Все произошло благодаря родителям. Они катались на лыжах по выходным, и я где-то в лет 6-7 к ним присоединился. А потом пошел в секцию по лыжным гонкам, где тренером был мой папа. На протяжении 7 лет я учился в спортивном интернате города Остров, что в Псковской области. Не в качестве хвостовства скажу: показывал неплохие результаты на соревнованиях, из-за чего меня пригласили в юниорскую, а затем и в юношескую сборную России. Позже около года провел во взрослой команде, но ситуация сложилась

так, что я сменил российское гражданство на белорусское, и теперь выступаю под флагом сборной Беларуси.

— Интересно бы знать, как вы себя позиционируете сегодня: россиянином или белорусом?

— На форме написано «Беларусь», значит, я белорус. Да и в душе тоже уже чувствую себя таковым. А как же может быть иначе: за эту страну я выступаю, живу здесь, поэтому считаю Беларусь своим домом.

— Наверное, мало кто знает, что при смене гражданства вы с лыжника «переписались» на биатлониста. В чем была причина такой трансформации?

— В жизни все бывает. Ведь часто сразу найти себя в ней и не удается. Поэтому, поначалу мне предложили попробовать себя в биатлоне. Несколько лет я провел в качестве «стреляющего лыжника» и понял, что это не мое. Хотя, если бы я сразу пошел в лыжные гонки, то у меня могли возникнуть трудности с выступлением за белорусскую сборную. Ведь Российская федерация лыжных гонок могла запретить мне выступать за Беларусь на год или два, поскольку я уже был задействован за РФ как лыжник. В итоге я и перешел в биатлон: в этом виде спорта в России никаких претензий ко мне не имели. Вообще, биатлон — это совершенно другой вид спорта. Лыжный бег как бы одинаков, но стрельба все меняет. Кому-то винтовка в нагрузку, а для кого-то — это большой козырь. Лично для меня иногда было тяжелее стоять

со стрелковым оружием, чем просто бежать дистанцию. Чувствовалось, что «стреляющему лыжнику» все же тяжелее и психологически, и физически, чем обычному профессионалу классического стиля или конькового хода.

— Михаил, ваша спортивная универсальность — не в новинку. Как вы относитесь к тому, что сильнейшие биатлонисты выступают в лыжных гонках?

— В народе говорят, что профессиональный лыжник может стать классным биатлонистом, а вот наоборот — вряд ли. У меня своя точка зрения на этот счет. Я не скажу, что для профессиональных лыжников биатлонисты могут стать серьезными конкурентами. Да, сильные норвежцы-биатлонисты сильны и в лыжных гонках. И если биатлонист в лыжных гонках занимает 20-е место, значит, он сильнее восьмидесяти процентов лыжников. Но сейчас мало желающих спортсменов с винтовкой наперевес бежать в лыжных гонках. Практика показывает, что им тяжело проявить себя исключительно на лыжне. За исключением, пожалуй, таких людей как Бьерндален, Бергер. Это уникальные норвежские атлеты.

— В минувшем сезоне ваш коллега Сергей Долидович был «играющим» тренером. Как вам сотрудничество со специалистом, который еще и сам выходит на старт?

— Никаких трудностей этот факт не создал. Наоборот, это нас сблизило. Как спортсмен, он прошел большой путь и уже в качестве тренера понимает команду как никто другой. Я не знаю, какое решение он примет на этот сезон: сосредоточится на карьере тренера или про-





выполнил план. Если не выполнил — то меня могут отчислить из команды.

— **Как вы относитесь к увеличению в мировых лыжах количества спринтерских гонок?**

— Скорее всего, это делается для того, чтобы сделать лыжные гонки более привлекательным для рекламодателей и зрителей. Не знаю, что еще можно сделать для популяризации этого вида спорта? Может, устроить шоу, вроде Гонки чемпионов? Но вряд ли там будут курьезы, которые делают шоу интересным. Мне кажется, в первую очередь лыжные гонки смотрят те, кто их понимает. Какие бы не были изменения, для незаинтересованных — это безразлично. Мне нравится лыжный спорт: вне зависимости от дистанции или гонок, которые у меня получаются лучше или хуже.

— **Лидерами лыжных гонок традиционно считаются норвежцы. В списке 10 самых титулованных лыжников первое место принадлежит представителю Норвегии Бьерну Дэли. В этой компании еще три представителя этой страны. Чем объяснить феномен успеха викингов?**

— Мне сложно назвать определенные причины. Скорее, это объясняется наличием множества факторов: устойчивая зимняя погода, слаженная профессиональная физическая и психологическая подготовка, личные качества спортсменов. Вообще, лыжные гонки — национальный вид спорта в Норвегии с богатыми традициями. Это означает повышенное внимание, а отсюда и хорошее финансирование. Но в любом случае, нам у них есть чему поучиться. Но при этом не уповать, что они лыжные боги, а мы по сравнению с ними — маленькие человечки. Только напряженный труд, терпение и профессиональные советы тренера способны со спортсмена сделать звезду. И у каждого из нас такие возможности расти есть. Надо только умело ими распорядиться.

**Беседовала Екатерина ОСТАПЕНКО**

должит совмещать свою деятельность. Знаю, что он продолжает тренироваться сам и тренирует сборную.

— **Вам довелось тренироваться с Олимпийским чемпионом Солт-Лейк-Сити россиянином Михаилом Ивановым. Чему-то он вас научил?**

— Да, какое-то время мы тренировались на одной базе. У меня была возможность наблюдать за его тренировками и перенять что-то для себя. Но ничему специально он меня не учил. Он предпочитает тренироваться в одиночестве. Я тоже не люблю, когда на трассе мне кто-то дышит в спину.

— **Одним из самых запоминающихся соревнований для спортсмена являются Олимпийские игры. Как проходит подготовка к следующей Олимпиаде в Южной Корее?**

— В лыжных гонках такие продолжительные планы тренировок не строят. Говорю это и о себе тоже. В этом году была аттестация и прошел набор молодых ребят на перспективу. Если спортсмены не выполняют критерии этого года — нет смысла держать их в сборной до Олимпиады. Нельзя сказать, что спортсмен будет в команде на протяжении 4 лет. Ведь, кроме национальной сборной, у нас есть спортсмены, которые тренируются в регионах. Кто знает, как они проявят себя — может и «выстрелят»!

— **Поясните, по какому принципу лыжники завоевывают олимпийские лицензии?**

— Насколько я осведомлен, в лыжных гонках отбор на Олимпийские игры происходит по результатам двух сезонов. По итогам всех стартов начисляются очки, и при этом ты должен попасть в Топ-300: общий для женщин и мужчин. Причем, не за все гонки Кубка Мира и турниры «Тур де Ски» можно заработать квалификационные очки. Если лыжник не набирает очков в первый год, он вряд ли сможет серьезно рассчитывать добрать в год Олимпиады. Именные лицензии от каждой страны могут получить по одному спортсмену из женской и мужской сборной. Остальные должны пробиваться через Топ-300. Правда, эта система каждый предолимпийский сезон терпит какие-то изменения. В Ванкувере нужно было на Кубке мира попасть в Топ-35. В Сочи уже был Топ-300. Что будет для отбора в Корею — пока не знаю.

— **Какие задачи стоят перед вами в наступающем сезоне?**

— Главный старт следующего сезона — престижный международный турнир «Тур де Ски», так как нет чемпионата мира. У нас есть календарь, где отмечены соревнования и, соответственно, места, которые я должен занять. Когда приходит время делать переаттестацию на будущий год, тренер смотрит на то, как я

## Союз «Белорусский лыжный союз»

Ассоциация «Белорусская федерация горнолыжного спорта и сноуборда»

УНП 805000130

Общественное объединение «Спортивный клуб прыжков на лыжах с трамплина и лыжного двоеборья»

Общественное объединение «Белорусская федерация фристайла»

Общественное объединение «Белорусская федерация лыжных гонок»