

Сноуборд в Беларуси — занятие не из самых популярных и доступных широкому кругу людей. Но даже среди белорусских райдеров есть спортсмены, о которых знают далеко за пределами нашей страны. Эти ребята — настоящие энтузиасты своего дела! Они смотрят в будущее с оптимизмом и выходят на снежные склоны с верой в конечный успех.

Корреспондент «НС» поговорил с одной из самых известных представительниц отечественного сноуборда — 19-летней Дариной Муравской. Сегодня она может похвастаться успехами не только на домашних трамплинах, но и завоеванными медалями и кубками на международных соревнованиях.

Дарина МУРАВСКАЯ, призер этапов Кубка Европы по сноуборду:



«В нашем виде спорта важно подружиться с ветром!»

— Дарина, как давно ты занимаешься сноубордом?

— Профессионально увлекаюсь на протяжении уже почти 10 лет. А началом карьеры можно считать 2009 год, когда попросила отца купить мне доску, но получила в подарок... лыжи. И вот, когда все мои друзья осваивали всевозможные склоны и трамплины, я каталась на лыжах. Решила данную проблему очень легко, отобрав доску для катания у своего брата Андрея. Начинать заниматься у себя в Малиновке в Минске. Здесь вместе со сверстниками мы соорудили своеобразный мини-парк. Чуть позже начали ездить в столичный центр горнолыжной подготовки «Солнечная долина», где уже в то время начинала тренироваться национальная команда Беларуси. Постепенно мы познакомились с ребятами из

сборной. Они подсказывали, исправляли наши ошибки и недочеты, показывали правильную технику.

По большому счету, все мы были самоучками, и нюансы сноуборда постигали самостоятельно. В то время о собственном наставнике даже и мечтать не могли. Нас заметил Леонид Александрович Мельников, возглавлявший на тот момент сборную Беларуси, и пригласил на тренировку. С этого момента я стала по-настоящему погружаться в данный вид спорта. Оставила большой теннис, которым занималась параллельно, и с головой окунулась в сноуборд.

— Результаты появились сразу?

— В первый же год занятий со сборной, я хоть и с ошибками, но выполнила норматив кандидата в мастера спорта. Моя дальнейшая судьба была predetermined! В 2016 году на Кубке Европы мне совсем немного не хватило для попадания в финальную четверку, но за показанный результат я удостоилась звания мастера спорта. На сегодняшний день, прошедший 2017 год выдался самым успешным в карьере: на этапах Кубка Европы мне не раз удавалось подниматься на пьедестал.

— Расскажи, пожалуйста, о дисциплинах, в которых ты чувствуешь себя лучше всего?

— Выступаю в двух из шести направлениях сноуборда — «слоуп-стайл» и «биг-эйр». Это олимпийские дисциплины, поэтому упор сделан, в первую очередь, на них.

Дисциплина «Биг-эйр» — соревнования, в которых сноубордист разгоняется и прыгает с большого трамплина, выполняя в полете разные трюки. Даются три попытки, две из которых идут в зачет. Особенностью является то, что трюки в каждой попытке должны быть разные. Соответственно, чем больше различных трюков правильно выполнено, тем более высокий балл ты получишь от судей.

«Слоупстайл» подразумевает выполнение последовательной связки трюков на специально оборудованном склоне. Главным условием является выполнение участником соревнований серии различных акробатических прыжков на последовательно расположенных пирамидах, трамплинах, дропах, контр-уклонах, перилах и т.д. Эта дисциплина требует от спортсмена высокой технической подготовки. Трюки необходимо выполнять с повышенной точностью, иначе скорость будет утеряна, вследствие чего последующие упражнения невозможно будет выполнить.

— Можешь припомнить самый яркий момент из твоей спортивной жизни?

— Самое запоминающееся событие — это II зимние юношеские Олимпийские игры 2016 года в Лиллехаммере. К сожалению, тогда я не показала результата, на который настраивалась. Изначально рассчитывала попасть в топ-5, но немного не хватило очков. Зато атмосфера, в которой довелось выступать, запомнилась на всю жизнь! Дни были настолько насыщенными и расписанными буквально до минуты, что ощущение большого праздника не покидало тебя ни на секунду. Это и сами



соревнования, и общение между участниками, и постоянная искренняя поддержка друг друга. Когда выпадали дни без соревнований, в олимпийской деревне постоянно проводились мероприятия для участников Игр, что способствовало сближению и созданию большой олимпийской многонациональной семьи. Даже сложно представить, что происходит на взрослой Олимпиаде! Верю, что стану непосредственным участником этого грандиозного события, которое пройдет в 2022 году в столице Китая.

— **Дарина, сноуборд - травмоопасный вид спорта. Перед стартом страха не испытываешь?**

— На самом деле он всегда присутствует. Но одно дело, когда ты боишься трамплина, и совсем другое, когда контролируешь свои эмоции и смогла «договориться» со страхом. В этом плане уже давно нет каких-либо проблем. А вот погодные условия вносят самые ощутимые коррективы в выступление и влияют на твое внутреннее самочувствие. Поэтому всегда нужно перестраховываться, стараться угадать направление ветра. Если нужно, то делать более скоростной разгон, или же просто пережить воздушные порывы. В сноуборде важно подружиться с ветром!

— **Где проводишь свои тренировки?**

— Если мы тренируемся в нашей стране, то это горнолыжные центры «Солнечная долина» и «Силичи». К сожалению, климатические условия не позволяют тренироваться круглогодично в Беларуси. Естественный снег лежит два-три месяца, поэтому значительная часть подготовки проходит на сборах за рубежом.

— **Как поддерживаешь форму в летний период?**

— При возможности, мы выезжаем на ледник во Францию. Если что-то не получается, то занимаемся в тренажерном зале и отрабатываем правильность движений, тренируясь на батутах. В Европе уже появляются парки со специальным

покрытием, в которых можно тренироваться круглогодично. Ощущения, когда достигаешь поверхности, сродни приземлению в твердый снег. Также используется специальная подушка, которая максимально моделирует контакт доски со снегом в естественных условиях.

Будем надеяться, что в скором времени у нас появится нечто подобное.

— **Если затронуть финансовую сторону, на все ли хватает денег? Федерация в достаточной мере помогает спортсменам?**

— Хочется поблагодарить Белорусскую федерацию горнолыжного спорта и сноуборда. Отдельное спасибо — ее председателю Станиславу Анатольевичу Юдину! Все, что в их силах и возможностях, сотрудники Федерации делают: предоставляют инвентарь, создают условия для занятий, организуют учебно-тренировочные сборы и выезды на этапы. Спортсмены обеспечены всем необходимым и стараются своими результатами и работой на тренировках максимально отблагодарить за такую поддержку и заботу.

— **Твои источники вдохновения?**

— В основном, они связаны с миром спорта. Есть ребята, наблюдая за выступлением которых, сразу хочется взять доску и оказаться на трамплине, выучить и закрепить новый трюк, да и просто почувствовать снег под ногами. В пример себе ставлю австрийскую сноубордистку Анну Гассер — олимпийскую чемпионку в дисциплине «Биг-эйр» на Олимпийских играх-2018 в Пхенчхане. Нравится российский сноубордист Денис Бонус и ребята из его команды. Они больше внимания уделяют уличному спорту. У них можно подсмотреть массу всевозможных фишек и оригинальных элементов, которые потом пробуем в своей программе. Вообще, я всегда стараюсь следить за появлением новых трюков и интересных имен в мире сноуборда.

Беседовал

Вячеслав ХИНЕВИЧ

Удачное начало сезона



Белорусские горнолыжники открыли сезон в литовском Друскининкае. В первой декаде октября под крышей спорткомплекса «Snow Arena», который функционирует круглогодично, прошел традиционный международный турнир под эгидой FIS по специальному слалому. В этих соревнованиях приняли участие атлеты из Беларуси, Литвы, Латвии, Финляндии, России и Чехии. В числе соискателей наград значился и представительный белорусский десант — Юрий Данилочкин, Павел Мацкевич, Максим Давыдовский, Александра Севастьянова и Анна Смирнова. Программой соревнований было предусмотрено два слалома для мужчин и женщин. По итогам выступлений все отечественные спортсмены показали высокий уровень мастерства. А член национальной команды, участник ОИ-2018 в Пхенчхане Юрий Данилочкин одержал победу, опередив ближайшего конкурента более чем на секунду. По словам председателя Белорусской федерации горнолыжного спорта и сноуборда Станислава Юдина, указанные старты очень важны для плавного вхождения наших спортсменов в новый сезон. Он выразил надежду, что достойное выступление резерва БФГСС и успех более опытного Юрия Данилочкина позволят посланцам Беларуси уверенно выступать и на соревнованиях более высокого ранга. **НС**

Союз «Белорусский лыжный союз»

Ассоциация «Белорусская федерация горнолыжного спорта и сноуборда»

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

Общественное объединение «Белорусская федерация фристайла»

Общественное объединение «Белорусская федерация лыжных гонок»

УНП 805000130