

Почти четверть века наша героиня Светлана Тимошенко в единоборствах. В свое время, она оставила значительный след в истории белорусского дзюдо. И как награда за труды — звание «Мастер спорта международного класса» и многочисленные награды с топ-турниров различного уровня. Далее в спортивной карьере спортсменки наступил непростой период, а в голову лезли навязчивые мысли, что, возможно, уже пришло время остановиться. Хотя у судьбы на Свету были совершенно другие планы. И новый шанс, на возвращение в большой спорт, не заставил себя долго ждать. Правда, для этого необходимо было сменить амплу и переместиться с татами на борцовский ковер.

В самбо, майору внутренних войск Светлане Тимошенко, пришлось доказывать все с начала, без оглядки на былые заслуги и звания. Но, благодаря терпению, оптимизму, трудолюбию и бойцовскому характеру, ей это удалось. И вот уже значительный период времени она — один из лидеров мирового самбо в весовой категории до 80 килограммов. О чем свидетельствует третье «золото» с недавнего чемпионата мира в Бухаресте. Сегодня эта титулованная спортсменка — гость журнала «НС».



Светлана ТИМОШЕНКО, «Для меня самбо

трехкратная чемпионка мира по самбо:

— Света, Ваш ход по турнирной сетке на чемпионате мира в Бухаресте был весьма непростым. Поделитесь эмоциями...

— Если оценивать с точки зрения жеребьевки, то в Румынии фортуна была на моей стороне. Мне не довелось столкнуться с первыми номерами мирового рейтинга уже в стартовых поединках, как это было в 2017 году на планетарном форуме в Сочи. Мои главные соперницы из Болгарии и России оказались в другой подгруппе.

Но, несмотря на это, все схватки до финала были весьма напряженными. В частности, встреча с самбисткой из Монголии, о которой ранее я даже ничего не слышала. Я проигрывала монголке по ходу, и смогла реабилитироваться уже ближе к концу поединка. Ну, а если говорить о финале, то он, в принципе, не может быть легким. Моим главным оппонентом в борьбе за высшую ступень пьедестала, выступила 4-кратная чемпионка мира болгарка Мария Оряшкова, с которой вне ковра

у нас теплые приятельские отношения. Я прекрасно понимала: чтобы защитить свой чемпионский титул, мне необходимо ее по-борцовски бросить. Выиграть «по замечаниям» или отсидеться в ожидании ошибки соперника у меня не получится. Реализовать задуманное удалось лишь за 30 секунда до конца встречи. На тот момент мне терять было нечего — преимущество в один балл было на стороне болгарки. В подобной ситуации выход лишь один — необходимо рисковать. Собралась и удачно сделала заднюю подножку. Этот бросок судьи, в итоге, оценили на 2 балла.

— А если вернуться к истокам, что послужило толчком для занятий единоборствами?

— Как это часто бывает, пошла за компанию с одноклассниками. Вот таким нехитрым способом, в 10 лет, я оказалась в БФСО «Динамо» и начала тренироваться под руководством моего первого тренера Галины Савенковой. Я и сегодня в любой момент могу обратиться к Галине Васильевне за советом. Ведь в том, чего я добилась в единоборствах — это ее заслуга. Естественно, что в составе национальной команды на разных этапах тренировочного процесса мне помогали и помогают другие наставники, которые приносят в мою подготовку что-то свое. В данный момент тренируюсь под руководством Эрнста Антоновича Мицкевича. Для меня самбо уже давно





чтобы мой сын, как настоящий мужчина, мог постоять за себя и своих близких. Возможно, в будущем, для этой цели, отдам его на тайландский бокс.

— **На Вашем счету много значимых побед на международной арене, но есть ли столь долгожданная, но еще не завоеванная медаль?**

— На ковре я максималистка, поэтому стремлюсь с каждого топ-турнира привозить медаль. Предпочитаю с золотым отливом. Конечно, есть еще непокоренная вершина. Мечтаю завоевать награду на II Европейских играх, которые уже в следующем году пройдут в Минске. К сожалению, на первых Евроиграх в Баку моя весовая

уже давно больше, чем работа...»

больше, чем работа — это моя жизнь! С уверенностью могу сказать, что спортивная борьба сформировала меня, как личность. Спорт дал мне образование и материальную стабильность. Конечно, в значительной степени я была лишена детства и юности, но у каждого поступка есть своя цена. И я ни капли не жалею о выборе, который сделала еще в детстве. И, если бы представилась возможность повернуть время вспять, поступила бы так же.

— **Самбистка Светлана Тимошенко знакома многим любителям единоборств. А теперь откройте секрет: какая Вы в кругу близких и друзей?**

— В домашней обстановке я могу полностью расслабиться и позволить себе проявить те качества, которые на ковре лишь мешают. В частности, быть более мягкой, менее организованной, временами ленивой и даже капризной (смеется). Конечно, я стараюсь весь негатив с тренировок и соревнований не нести домой. В любом случае, мой сын Владислав и мама Тамара Михайловна относятся к таким ситуациям с пониманием, стараются поддержать и успокоить.

— **А каким образом оказались в рядах внутренних войск МВД?**

— С уверенностью могу сказать, что мне повезло. В свое время я поступила в Академию МВД и закончила ее по специальности «Юридическая психология». В тот период мои успехи на международной арене были замечены руководством

спортивной команды «Динамо» внутренних войск МВД. Меня призвали на службу, дали шанс аттестоваться. И вот уже более 10 лет я служу на контрактной основе. Руководство команды всячески помогает и поддерживает, за что им огромная благодарность.

— **Когда завершите спортивную карьеру, есть ли желание поделиться опытом и попробовать себя на тренерском поприще?**

— Такие мысли меня уже посещали. Возможно, открою свой спортивный клуб для детей или получу шанс пополнить тренерский штаб национальной сборной по самбо. Ведь без борьбы я свою жизнь уже не представляю, хотя своего сына вряд ли отдала бы в секцию дзюдо или самбо. Наверное, все дело в его типе темперамента и мышления. Мне кажется, что в единоборствах ему будет сложно себя реализовать. Влад пока учится в школе во втором классе, но дома без дела тоже не сидит, посещает секцию по плаванию. К тому же, когда я на ковре, то мне себя совсем не жалко, а за него душа болела бы постоянно. Но я хочу,

категория не была представлена. А сейчас такой шанс у меня появился, и я его постараюсь не упустить. В силу своего возраста для меня это последняя возможность реализовать мечту, потому что столь значимый старт проходит раз в 4 года. Я фанатик своего дела и от каждой схватки, вне зависимости от результата, стараюсь получать удовольствие и смаковать каждую минуту, проведенную на ковре. Атмосфера, кураж, адреналин, очередной вызов со стороны соперника — я пока не готова со всем этим расстаться. А значит и силы для новых побед еще найдутся!

Беседовала
Ольга САМОЙЛОВИЧ

