



НИКИТА КОНОВАЛОВ: «РАССЧИТЫВАЛ ПРОСТО ПОПАСТЬ В ЧЕТВЕРКУ»

🕒 09.11.2015, 17:18

СПОРТ



Заслуженный мастер спорта из Волгоградской области завоевал во второй соревновательный день Чемпионата России по плаванию в 25-метровом бассейне 2 золотых медали в личном зачете.

Никита Коновалов завоевал 2 золота на старте в баттерфляе и на спине, и в обоих случаях справился с нормативом, необходимым для участия в Чемпионате Европы.

Двукратный чемпион России поделился впечатлениями от гонок.

- Довольны результатами?

- В принципе, неплохие оказались секунды. Даже не рассчитывал, что так быстро проплыву. К этим соревнованиям цель ставил отобраться небритым. Вчера не брился весь день до последнего. Потом узнал, что в регламенте соревнований прописано, что отбираются на Европу только 2 человека вместо 4, как обычно. Рассчитывал, что не буду бриться, спокойно приду в четверку, а уж на Европе буду что-то показывать. Надеюсь просто попасть в четверку. Вчера с тренером пообщались и решили, что надо показывать секунды, достойные отбора.

- Чувствовали себя сегодня хорошо?

- Да, но все равно. Бриться надо хотя бы за день-два, но никак не с утра. С утра я побрился, прыгнул, полтинник проплыл, 21.69 – это ужас. Я расстроился, но потом подумал, что 50 метров это 50 метров, возьму второй половиной. В принципе, так сегодня и вышло. Во второй половине я обычно о многом успеваю подумать. Когда на спине плыл, думал о том, что впереди 100 баттерфляем, что еще эстафета, что надо еще закупаться, о расписании – сколько минут у меня свободных. Во время дистанции я никогда не думаю, кто и где плывет, просто плыву. Если чувствую, что силы есть – добавляю. Бывает, что когда подходишь к старту в ужасной форме – там даже если хочешь, добавить невозможно. Организм просто говорит «Нет и все», говорит: «Иди, отдыхай!». У меня такое уже бывало в 2006 году и потом, когда провел не лучший чемпионат России – самочувствие так себе было.

- Каким из финалов довольны больше?

- Конечно, спиной. Баттерфляй – просто вторая сотня, еще вчера пять сотен проплыл. Я рассчитывал, что 100 баттерфляем как минимум будет 49 секунд, но никак не 50 – на Европе это где-то третий результат, а с 49 – выиграть можно.

- На Европе возьмет обе дистанции?

- Да. У меня так и было. Еще 100 кролем впереди, но мы от него отказываемся, так как на Европе 4 дня, а кроль – 2-й и 3-й день, попадает и на спину, и баттерфляй, поэтому мы с тренером решили, что лучше баттерфляем и на спине, но в разные дни, чем вперемешку с кролем – иначе нет смысла.

- Что вам еще осталось?

- 50 баттерфляем, эстафета сегодня и завтра.

Пресс-служба АНО «Исполнительная дирекция спортивных проектов»



[ВЕРНУТЬСЯ К ЛЕНТЕ НОВОСТЕЙ](#)

