

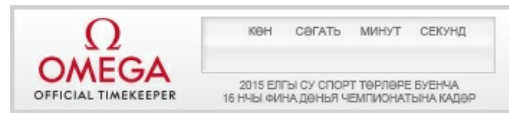


FINA WORLD CHAMPIONSHIPS
KAZAN
RUSSIA 2015

Су спорт төрләрә буенча 16 нчы
ФИНА дөнья чемпионаты

Water of Life

24 июль - 9 август 2015



НИКИТА КОНОВАЛОВ: “БЕРЕНЧЕ ДҮРТЛЕККӘ КЕРЕРГӘ ГЕНӘ ӨМЕТЛӘНГӘН ИДЕМ”

🕒 09.11.2015, 17:18

СПОРТ



Волгоград өлкәсенең атказанган спорт мастеры 25 метрлы бассейнда йөзү буенча Россия чемпионатының икенче ярыш көнөндә шәхси зачетта 2 алтын медаль иясе булды.

Никита Коновалов баттерфляй һәм аркада 100 метрга йөзүдә 2 алтын медаль алды, ике очракта да Европа чемпионатында катнашу өчен кирәкле нормативка сыешты.

Ике тапкыр Россия чемпионы ярышлардан алган тәэсирләре белән уртаклашты.

- Нәтижеләрдән канәгатьләнәләрме?

- Гомумән алганда, секундлар начар түгел. Шулай ук тиз йөзәрмен дип уйламаган да идем. Бу ярышларга кырынмаган килеш сайлап алынырга дигән максат куйган идем. Кичә көнә буга кырынмыйча түзем. Аннары ярышлар регламенты буенча Европага 4 кеше урынына барып ик 2 кеше генә сайлап алыначак икәнлеген белдем. Кырынмаска, шул килеш дүртлеккә керергә исәптоттым, ә Европада инде нәрсәдер күрсәтәргә дә булыр дип уйладым. Барып ик дүртлеккә керергә генә өметләндем. Кичә тренер белән киңәшләшеп, сайлап алынырга лаеклы нәтижеләр күрсәтәргә кирәк дигән карап килдек.

- Бүген үзегезне яхшы хис итәме?

- Әйе, барысы да яхшы. Әмма барыбер дә ярышларга кадәр бер-ике көн кала кырынмаган кирәк, ярышлар буласы иртәдә түгел. Иртән кырындым, сикердем, 50 метрны йөзеп чыктым - 21.69 - бу коточкыч. Бик кәефем кырылды, әмма аннары 50 метр өле үл 50 метр, икенче ярышында тизләнергә кирәк дип уйладым. Шулай килеп чыкты да. Икенче 50лектә мин гадәттә күп нәрсәләр турында уйларга өлгерәм. Аркада йөзгән чакта алда баттерфляй белән 100 метрга йөзү ярышы тора, әле эстафетта да барлыгы, тиешле нәрсәләргә сатып аласы барлыгы, расписание турында да уйладым. Дистанциядә йөзгәндә мин беркайчан да кемнең кая житкәнлеге, ничек йөзүе турында уйламыйм, барып ик йөзәм генә. Көчәм барлыгын тыйсам, без тизләнем. Кайбер чакта стартка бик начар формада киленә - өстисе килсә дә көч калмаган була инде, организм “Бетте, миннән берни таләп итмә, бар, ял ит” дип кычкыра. Минем белән 2006 елда андый хәл булды инде, аннан соң әллә ни үңешле булмаган Россия чемпионаты да булды.

- Кайсы финалдан зуррак ләззәт алдыгыз?

- Аркада йөзүдәгесеннән. Баттерфляй - икенче йөзлеккә, әле кичә генә 5 тапкыр йөзлеккә йөзеп үздым. Мин баттерфляй белән 100 метрга йөзү минимум 49 секунд булыр дип исәптоткан идем, әмма 50 түгел. Ник дигәндә, Европада 50 үл өченчә нәтижә, ә 49 белән отып була өле.

- Европага ике дистанциягә дә алачаксызмы?

- Әйе. Минем шулай булды да инде. Әле алда кроль белән 100 метрга йөзү бар, әмма без аннан баштап абыз, ник дигәндә, Европада ярышлар 4 көн бара, ә кроль белән йөзү - 2 нче һәм 3 нче көннәр - аркада йөзү белән дә, баттерфляй белән дә чәкәшә, шуңа да без тренер белән баттерфляй һәм аркада йөзүгә калдырырга булдык, әмма аларны төрле көннәрдә йөзәчәкмен, кроль белән буташтырып караганда, алай яхшырак булачак.

- Тагын нинди дистанцияләргә калды әле?

- 50 метрга баттерфляй белән, бүген һәм иртәгә эстафетта.

Су спорт төрләрә буенча 16 нчы ФИНА дөнья чемпионаты Оештыру комитеты матбуғат хезмәте



