

# Интервью Асламбека Эдиева журналу «Олимп»

написано Movladi ABDOULAEV | 22.01.2007



## **АСЛАМБЕК ЭДИЕВ: «Я ДОЛЖЕН ПОРАДОВАТЬ БОЛЕЛЬЩИКОВ»**

– Асламбек, по спортивным меркам 37 лет, это уже возраст ... Ты его чувствуешь?

– Старым я себя не чувствую. Мне нравится поднимать, вот и поднимаю. Когда идет разговор о возрасте, тогда я о нем и вспоминаю: елки-палки, неужели мне уже не 20 лет?!

– Второе дыхание открылось?

– Когда после двухлетнего перерыва, вызванного травмой, я приступил к тренировкам, то стал более серьезно относиться к процессу подготовки. Когда не было возможности тренироваться дома, я несколько лет выступал за Сочи. Спасибо Анатолию Андреевичу Русанову: он мне помогал как тренер.

В 1998 году я приехал в Ингушетию и по предложению Ибрагима Кодзоева стал работать тренером. Но, чтобы завоевывать высокие места и бывать на сборах, нужно было стабильное финансовое обеспечение. Мне стал помогать Руслан Балаев, и дела сразу пошли в гору.

– **За более чем двадцатилетнюю спортивную карьеру у тебя были моменты, когда хотелось бросить?**

– Были. К чемпионату мира-2002 мы с Андреем Чемеркиным тренировались по планам исполняющего обязанности главного тренера сборной Анатолия Борисовича Любимова. Старались. Но в

Варшаве оба получили «баранки». В 2004 году была возможность поехать на Олимпиаду. К отборочному чемпионату Европы меня также готовил Любимов. Результат выступления известен – в Киеве я получил нулевую оценку.

**– Как эти неудачи восприняли твои близкие?**

– Мать переживала, она и сейчас постоянно спрашивает, когда же я закончу тренироваться. К счастью, близкие и друзья меня понимали. Спорт есть спорт, и всякое бывает. Старался не показывать, что мне было тяжело. Я не упал духом.

После Киева я начал тренироваться самостоятельно.

**– Ты часто на сборах тренируешься один. Почему?**

– Не знаю, почему, но тренера на сборы не вызывают. Хотя Руслан Балаев помогает не только мне. Он помог к чемпионату мира-2001 купить экипировку, оплатил работу в сборной команде массажиста. Руслан сказал как-то мне: «Пиши тренером кого хочешь, я от тебя в любом случае не отойду».

Без Руслана Балаева я бы не «вылез». Это однозначно.

Дома, в ШВСМ, мне помогает Косум Магамадов, в сборной – Владимир Никитович Книга. Я с ним советуюсь по вопросам техники, в тактику подготовки он не вмешивается.

**– Где ты живешь сейчас?**

– В селе Комсомольском, в двенадцати километрах от Грозного. Пока не построил свой дом, живу с родителями и младшим братом. Два старших брата живут по соседству. Живем дружно. Слава богу, родители живы и здоровы. Оба они из деревни. Отец работал на тракторе, мать трудилась по хозяйству.

**– Где дома тренируешься?**

– В Грозном, в ШВСМ, в маленьком помещении, где всего два помоста. В ближайшее время обещают восстановить зал на

стадионе «Динамо», приобрести новые штанги.

**– Когда приезжаешь домой, отдохнуть хочется?**

– В 2006 году, когда меня не взяли на чемпионат Европы, я больше недели не отдыхал. По-другому сейчас нельзя. В современных условиях на первое место выходит круглогодичная подготовка, Пожалуй, неделя – это даже много. Достаточно двух дней. Отдыхом может служить маленькая тренировка: работа над техникой, общефизическая подготовка.

**– Кто тебя научил поднимать штангу?**

– Полгода я занимался у сельского школьного учителя физкультуры Сергея Сергеевича Долгачева [highlight color=»eg. yellow, black»](\*)[/highlight]. До 1990 года в Грозном, в «Динамо», меня тренировал Вячеслав Михайлович Адаменко. В 1991 году уже под руководством старшего тренера «Динамо» Ибрагима Абибулатовича Кодзоева в Первоуральске я выиграл чемпионат России и выполнил «международника», на Спартакиаде народов СССР в Донецке стал серебряным призером, в 1992 году в Харькове выиграл «Кубок Дружбы», подняв в рывке 171 кг – выше мирового рекорда. Если бы меня своевременно перевели в средний вес, я добился бы неплохих результатов уже в те годы.

**– Ты думаешь, это была тренерская ошибка? Но Кодзоев – опытный тренер.**

– Что-то мы упустили.

**– Как долго, на твой взгляд, можной продержаться в большом спорте и показывать высокие результаты?**

– Лет до сорока. Леонид Тараненко тому пример: в 40 лет выиграл чемпионат Европы. Мог долго выступать и Андрей Чемеркин, но ему «помогли» уйти из большого спорта.

– ?

– Если бы их с тренером помирили раньше, Андрей мог бы еще

поднимать. Я больше чем уверен в этом.

– **Асламбек, болельщики «железной игры», несмотря на первое место российской сборной, завоеванное на чемпионате мира-2006 в Санто-Доминго, ожидали более успешного выступления наших богатырей в личном зачете. Не скрою, твоя серебряная медаль стала приятным сюрпризом, но запланированное «золото» Олега Перепеченова, о чем не скрывали тренеры сборной, к сожалению, досталось его сопернику.**

– Могла быть не одна золотая медаль, а даже три, но ... Наверное, где-то перетрудились, а где-то не добрали, и желаемого результата не добились. Золотую середину, к сожалению, не всегда удается найти. Возможно, были тактические тренерские просчеты.

– **В последнее время особенно упорно муссируются слухи, что в мужской сборной команде нет должной дисциплины. Об этом даже поднимался вопрос на открытом заседании президиума ФТАР. Может быть, и это обстоятельство, в том числе, виновато, что где-то недоработали, а где-то не добрали?**

– Даже если главный тренер будет держать всех нас в кулаке, то все-равно кто куда захочет, туда и пойдет. К тем же, кто относится к своей работе со всей серьезностью, строгость применять не нужно. Не надо проверять, куда мы ушли и когда легли спать. Каждый спортсмен должен сам знать, что ему надо и что не надо. В целом, я считаю, что в команде приключений нет.

– **Помню, на сборах перед Олимпиадой-1988 никто не мог представить, что-бы спортсмен, даже очень известный, не вышел на зарядку или не пришел на тренировку. Такой был порядок.**

– Но и время тогда было другое и люди. Нужны были золотые медали и четкий распорядок дня. Сейчас вспоминают про дисциплину и обсуждают в первую очередь тех спортсменов, кому не хватило до «золота» совсем чуть-чуть. О тех же, кто поднимает мало, как правило, не говорят. Как будто дисциплина здесь совсем ни при чем.

Зачем ложиться ровно в 23-00? Если я вдруг перегрузил себя, а такое может быть с каждым, я все-равно не смогу уснуть, мне лучше погулять перед сном. Если я днем хочу спать, то на тренировку не пойду. Какой смысл?

**– В сборной команде есть установка на общий план тренировок?**

– Я прошел через общий план. Будучи главным тренером, Алексей Сидорович Медведев даже заставлял спортсменов ежедневно подсчитывать нагрузку по всем упражнениям. Считаю, что это работа для ученых. Я хорошо чувствую свой организм и составляю с учетом анализа нагрузки за прошедшую неделю план на следующую. Думаю, каждый спортсмен должен тренироваться с учетом индивидуальных особенностей.

**– Жизнь на спортивных базах особым разнообразием не отличается. Кроме тренировок, как ты проводишь время?**

– Скучно не бывает. Каждый чем-то занят. Практически у всех есть компьютеры. Я люблю бильярд, читать книги, разгадывать кроссворды, играть в нарды, гулять на природе. Смотрю телевизор, чтобы быть в курсе событий.

**– У тебя в сборной есть друзья?**

– Я могу общаться со всеми, не разделяя собеседников по их взглядам или интересам. В сборной начала 90-х годов это было трудно представить: была не одна группировка ...

**– Ты мечтаешь выступить на Олимпиаде?**

– Это мечта любого спортсмена. Постараюсь до конца выдержать гонку.

**– Кого ты считаешь своим главным соперником в сборной России?**

– Он не один. Я никого со счетов не сбрасываю. Не подарок Юра Мышковец – очень опытный боец, за его плечами Олимпийские игры, чемпионаты мира и Европы. Набирает обороты молодой Роман Хоматшин. Не сказал последнего слова Заур Тахушев. Олег

Перепеченов может выступить и в категории 77 кг, и в 85 кг. Все ребята крепкие. Соперников надо уважать. Сверху смотреть ни на кого нельзя. Если сегодня ты будешь их недооценивать, завтра они могут тебя обыграть.

Но все же главный соперник – это штанга. Четыре удачных попытки – это медаль. Пять-шесть – это «серебро» или «золото». Штанга – снаряд одинаковый для всех. Ее обмануть можно только за счет хорошей техники. Будешь правильно поднимать, она поднимается легко.

**– Учитывая твой богатый опыт, считаешь ли ты, что уже овладел всеми премудростями техники?**

– Я могу объяснить любому, как надо поднимать штангу. Но когда поднимаешь сам, не всегда получается так, как хотелось бы. Редко когда получается подъем, чтобы я был всем доволен. Работать есть над чем. Хотя я понимаю движение, стараюсь постоянно его совершенствовать, слушаю себя: где не доработал, где не дотерпел.

Удивляет, что даже в сборной есть ребята, которые просто выполняют план, не анализируя и не понимая, что делают. Стоит тренеру отлучиться на день, как тут же звонят и спрашивают, чем заниматься завтра.

**– Для чего тогда тебе нужен тренер?**

– Чтобы получать информацию со стороны.

**– Но ведь существуют же приборы срочной информации, видеокамеры, например.**

– Еще в 1990 году в Подольске была камера и монитор, сейчас, к сожалению, этого нет.

Когда со мной на сборе нет тренера, то прошу тренеров, которые снимают тренировки своих учеников любительскими камерами, снять и мои тренировки, чтобы потом просмотреть их и проанализировать. По приезду домой мы с племянником

внимательно изучаем снятый материал. Мой племянник – фанат, знает многих спортсменов. Он уже тренируется и поднимает 27 кг в рывке и 37 кг в толчке при собственном весе 27 кг. Мечтает о сотовом телефоне, чтобы постоянно быть со мной на связи.

Я пообещал ему:

– Толкнешь 50 кг, будет у тебя телефон.

– А если подниму 45?

– Придется потренироваться.

В Чеченской Республике родители с 5-6 лет отдают своих детей в секции борьбы, бокса, тяжелой атлетики, чтобы они были сильными и смелыми. Единоборства в особом почете: ты один на один с соперником, и никто не сможет помочь. Сила и смелость у вайнахов в генах.

**– Кто такие вайнахи?**

– В переводе с чеченского, вайнахи – это свои люди, свой народ.



На турнире Кадырова -  
Чемеркина в 2006 году  
Асламбек заработал «Волгу»

**– На турнире тяжелоатлетов Северного Кавказа я с восхищением наблюдал за выступлением ансамбля танца Чеченской Республики «Вайнах». Virtuозы!**

– Они профессионалы.

**– А ты можешь станцевать «Лезгинку»?**

– Станцевать смогу, но так, как бы этого хотелось мне, нет. Поэтому я не танцую.

**– Даже в узком кругу?**

– В последний раз танцевал давно, еще в юности.

**– Что ты можешь рассказать о своем народе?**

– Чеченцы – очень дружный, доброжелательный, мужественный и трудолюбивый народ. В большинстве своем это очень хорошие люди.

**– О ком бы ты хотел вспомнить?**



– Очень много делает для восстановления Чечни, продолжая дело своего отца, Рамзан Кадыров, назначенный недавно президентом республики. Восстанавливаются города, строятся дома, объекты культуры, спорта. Вы бы видели, с каким энтузиазмом и радостью перед Новым 2007 Годом люди восстанавливали центральную улицу Грозного! Работали в четыре смены. Чем может, Рамзан Кадыров помогает простым людям: кому-то в лечении, кому-то построить дом. Он делает это от чистого сердца.

Большое внимание восстановлению и развитию тяжелой атлетики уделяет президент Федерации тяжелой атлетики, заместитель министра сельского хозяйства Магомед Кадыров, брат первого президента Чеченской Республики Ахмата-хаджи Кадырова, и министр спорта Хайдар Алханов. Большую помощь мне оказывает Руслан Балаев. И словом, и делом старается решить любую проблему. Стараются поддержать бывшие штангисты.

**– Ты веришь в удачу?**

– Должно же когда-нибудь все совпасть: и хорошая форма, и большое желание разорвать штангу на помосте! Ведь я же честный труженник. Чувствую, что это время придет. Должен же я порадовать болельщиков и оправдать доверие и помощь друзей. Лишь бы не было болячек.

**– Болячки – это следствие неправильных тренировок?**

– 70% травм – от неправильной разминки, которой многие не

придают значения. Спасибо Рустему Агмалетдиновичу Хайрулину – он подсказывает мне ошибки на соревнованиях, особенно в толчке от груди. К сожалению, не каждый тренер способен поставить толчок: тренеры знают мало. Кому-то просто повезло с учениками. Я вижу, некоторые тренеры совсем другое подсказывают, нежели Рустам Агмалетдинович.

– **Наверное, он питает к тебе симпатии.**

– Он же видит, что я трудяга.

– **Главное – не останавливаться на достигнутом.**

– Стараюсь.

– **Если все-таки придется оставить большой помост, чем будешь заниматься?**

– Как подумаю, что придется уйти из большого спорта, становится не по себе. Я вне спорта себя не представляю. Где бы я ни работал, я не должен быть далеко от спорта, особенно от тяжелой атлетики.

– **Удачи тебе, Асламбек.**

– Спасибо.

*Журнал «Олимп», январь 2007г., Беседовал В.Салтыков, Фото: А.Салтыков и А.Славный.*

[highlight color=»eg. yellow, black»](\*) – этот скромный, сельский учитель физкультуры был в свое время первым «пятисотником» Северного Кавказа: жим – 160 кг, рывок – 150 кг, толчок – 190 кг, сумма троеборья – 500 кг ( прим.- WSPORT-SHATOY ).[/highlight]