

# Об отношении к тренировке

написано Movladi ABDOULAEV | 07.02.2018



**Многие дети, юноши и девушки, занимающиеся спортом, нередко норовят отлынивать от тренировки или, как говорят спортсмены – «сачковать». Это, в общем-то, понятно – спортивная тренировка не отличается особым разнообразием, а интересы детей – постоянством.**

Я тоже не был исключением из правил. Хотя, тяжелую атлетику очень любил и на тренировки ходил с удовольствием, однако бывали периоды когда откровенно «сачковал». Но один случай заставил меня серьезно пересмотреть отношение к тренировке.

В декабре 1976 года мне было 15 лет и к тому времени уже полтора года занимался тяжелой атлетикой. Именно в это время мой тренер Бауд Ахмадов женился. На свадьбу он пригласил своего бывшего тренера Ибрагима Кодзоева, а тот прихватил с собой Адама Сайдулаева.

Воспитанник Ибрагима Абибулатовича, 20-летний мастер спорта международного класса Адам Сайдулаев в то время был уже известным тяжелоатлетом, членом сборной СССР. В 1976 году он во второй раз стал чемпионом мира и Европы среди юниоров, завоевал серебро на чемпионате Европы среди взрослых, а в том же декабре с отличным результатом выиграл Кубок СССР в споре с такими корифеями как, к примеру, олимпийский чемпион того же 76-го года Давид Ригерт.

Когда Ибрагим Кодзоев и Адам Сайдулаев приехали в Шатой, Бауд решил показать им наш зал тяжелой атлетики. Надо отметить, что зал наш был весьма далек от совершенства. Маленькая комнатка в углу районного Дома культуры размером примерно 4х5м, с самодельными примитивными помостами, несколько старых ржавых

штанг, плюс ко всей этой «живописной» картине, не было отопления и в помещении стоял адский холод.

В тот вечер, когда пришли гости, в зале тренировались только я с другом. Мы были очень удивлены и обрадованы одновременно, увидев Адама. Как и полагается человеку, идущему на свадьбу, Адам был красиво одет. На нем был безупречный костюм, белая рубашка, шикарные туфли и новенькая дубленка – атрибут одежды, доступный в то время далеко не каждому. Однако, при всем своем великолепном внешнем виде Адам имел крайне расстроенное лицо. А причиной тому было обстоятельство, что из-за этой поездки ему пришлось пропустить тренировку.

Едва зайдя в зал он сказал фразу, повергшую меня в шок:

– Ибрагим, давай я здесь потренируюсь.

Кодзоев отвечает:

– Ты что, с ума сошел. У тебя и формы спортивной нет. Отдохни сегодня, ничего страшного.

Но Адам настаивал:

– Да вот же есть штаны и штангетки.

На вешалке действительно висели чьи-то рваные спортивные брюки и в углу валялись старые, дырявые штангетки. Ибрагим с Баудом с трудом уговорили Адама не делать в этот вечер тренировку и через некоторое время они ушли.

Я был потрясен этим эпизодом и никак не мог поверить, что Адам действительно собирался снять своё великолепное одеяние, облачиться в эти лохмотья и вместо свадебного веселья проводить с нами тренировку в ледяной комнате. Но это и вправду было так. Позже, когда нам довелось заниматься в одном зале в Грозном, я воочию убедился, как самоотверженно он тренируется.

Этот случай на всю жизнь врезался в мою память. Много раз он

помогал мне в течение спортивной карьеры, когда наступала апатия и не хотелось идти в зал. Потом, будучи тренером, часто рассказывал об этом своим ученикам. Только такое отношение к тренировкам позволяет спортсмену стать высококлассным мастером, каким, впрочем, и был Адам Сайдулаев.



Адам Сайдулаев