



Мастер спорта международного класса по самбо Мария Кондратьева в единоборства попала не сразу, и по меркам спорта — поздно. Нашей героине было четырнадцать лет, когда она, по воле случая, оказалась в борцовском зале. И спустя восемь лет, благодаря бойцовскому характеру, амбициям и трудолюбию, Маше уже есть чем гордиться. Ведь прошлогодний дебют на топ-турнирах оказался для нее весьма удачным. В мае из испанского Хихона уроженка Витебщины привезла «бронзу» континентального первенства, а на ноябрьском чемпионате мира в столице южной Кореи — Сеуле, она уступила лишь в финале одному из лидеров мирового рейтинга в весовой категории свыше 80 килограммов, обладательнице золота II Европейских игр украинке Анастасии Сапсай. Сегодня перспективная белорусская самбистка — гость журнала «НС».

Мария КОНДРАТЬЕВА, серебряный призер чемпионата мира по самбо:

«Временами меня слишком сильно накрывают эмоции»

— Маша, если не секрет, как Вы отпраздновали Новый год?

— К сожалению, дома я бываю не так часто, как хотелось бы. Поэтому при любой возможности стараюсь проводить свободное время с семьей. И этот Новый год не стал исключением. Закупились подарками — и вперед в Витебск. За большим праздничным столом собрались самые близкие для меня люди — бабушка, сестра, дядя со своей семьей. Специально для меня мама приготовила мой любимый салат «Селедка под шубой». Тосты, шутки, смех, запах мандаринов, традиционный салат «оливье», и по телевизору — «Голубой огонек». Я, как будто, ненадолго вернулась в детство.

— На планетарном первенстве в Сеуле Вы были одной из самых молодых участниц в составе белорусской дружины. Как же справлялись с волнением и настраивались на более титулованных соперниц?

— Чемпионат мира по самбо в Южной Корее стал для меня

дебютным, но, несмотря на это, со многими из своих соперниц я уже боролась на менее значимых стартах. Всего на этом топ-турнире я провела четыре схватки. В полуфинальном поединке одолела, на тот момент еще действующую чемпионку мира Елену Кебадзе из Грузии, хотя ранее мне ни разу не удавалось ее «пройти». А вот финальная схватка с украинкой Анастасией Сапсай оказалась мне не по силам. При всем желании, справиться с более опытной соперницей мне не удалось, хотя на встречу была заряжена, но нехватка международного опыта все-таки сказалась. Вместе с тренерами сделали соответствующие выводы, которые, я уверена, в будущем помогут мне значительно вырасти в профессиональном плане.

— На данный момент в весовой категории свыше 80 килограммов Вы самая «легкая» самбистка. За счет чего компенсируете недостаток в силе и весе?

— Да, этот титул пока остается за мной, но, несмотря на это, свой

вес я все равно не назову, даже и не просите (улыбается). В целом на недостаток силы не жалею, ведь всегда есть вероятность, что придет кто-то сильнее. А вот веса временами мне действительно не хватает. Стараюсь это компенсировать за счет тактики, скорости и выносливости.

— Какие впечатления у Вас остались от пребывания в столице Южной Кореи?

— Так случилось, что этот визит в Сеул был для меня уже не в новинку. В первый раз я побывала здесь в 2014 году на молодежном первенстве мира по самбо, где мне также удалось взять «серебро». Корейская столица — яркий, современный мегаполис, который живет в своем особом ритме. Во многих кварталах жизнь кипит круглосуточно, от чего создается впечатление, что этот город никогда не спит. Обилие уникальных достопримечательностей никого не оставит равнодушным. А вот от корейской кухни я была не в восторге: для меня она слишком

острая. Ведь при приготовлении блюд корейцы обильно используют красный жгучий перец. Кстати, весьма популярной уличной едой являются варёные личинки шелкопряда. Здесь они продаются на каждом углу и имеют весьма неприятный запах. Вот тут, при всем любопытстве, я решила не рисковать и осталась верна традициям — белорусской кулинарии (смеется).

— **А если вернуться к истокам, то каким ветром занесло симпатичную девушку в самбо?**

— В детстве я была весьма упитанным ребенком. Наверное, поэтому в первом классе папа решил отдать меня на плавание. Занималась я долго, но серьезных результатов не достигла. К четырнадцати годам удалось выполнить лишь первый взрослый разряд. Задатки к спорту у меня, несомненно, были, но явно не к плаванию. И тогда мой тренер Игорь Котов предложил мне сменить дорожку в бассейне на борцовский ковер. Я согласилась, но там меня ждал небольшой сюрприз. Секция, в которую я попала, и вправду оказалась по борьбе, но вот только не по вольной, а по греко-римский. Тренер хоть и не был от меня в восторге, но в зале оставил, только сказал, что надо худеть. Я согласилась, взяла себя в руки и спустя пару месяцев значительно потеряла в весе. В тот момент меня и заметил мой первый наставник по дзюдо Анна Залецкая. С ее подачи я попала в Витебское училище олимпийского резерва, где удачно совмещала дзюдо и самбо. В последствии, по ряду причин, я сделала выбор в пользу самбо — и не ошиблась. Уже несколько лет живу и тренируюсь в Минске под руководством старших тренеров сборной Вероники Козловской и Вячеслава Кота.

— **Маша, назовите наиболее сильные черты вашего характера и качества, над которыми еще надо поработать...**

— Сложно быть объективным по отношению к другим людям, но еще сложнее к самому себе, но я попробую. Сильными сторонами своего характера считаю самостоятельность, умение принимать решения и трудолюбие. Когда мне было десять лет, то внезапно скончался мой отец, который был опорой нашей семьи. В такой ситуации сложно долго оставаться ребенком — мне пришлось повзрослеть раньше времени. Ведь маме была нужна реальная помощь и поддержка. А вот к своим минусам могу отнести чрезмерную эмоциональность. Иногда мне сложно себя контролировать не только в повседневной жизни, но и на борцовском ковре. Временами эмоции слишком сильно меня накрывают, а это мешает трезво оценивать ситуацию на площадке и настраиваться на поединки, особенно, после обидного поражения.

— **На каких ближайших соревнованиях Вы планируете выступить?**

— На данный момент, как и вся национальная сборная, веду целенаправленную подготовку к Открытому чемпионату Республики Беларусь по самбо на призы Президента Республики Беларусь. Победа на домашнем старте дает возможность представлять нашу страну на майском чемпионате Европы в Екатеринбурге и в ноябре на планетарном первенстве в Ашхабаде. В моей весовой категории конкуренция серьезная, многие лидеры мирового рейтинга планируют посетить белорусскую столицу. В прошлом году у меня была бронзовая медаль, а в этом — уже хочу большего. В планах выступить по максимуму и показать качественную зрелую борьбу. Традиционно турнир пройдет в стенах минского Дворца спорта 21-24 февраля. Для достижения успеха хотелось бы горячей поддержки зрителей. И я, очень надеюсь, что так и будет.

Беседовала
Ольга САМОЙЛОВИЧ

