



Сегодня практически каждый любитель спорта сходу может сказать, кто такая Марина Литвинчук. Если выразиться одной фразой, то эта девушка – эпоха в мире белорусской гребли. Но о регалиях этой спортсменки можно говорить очень долго. В послужном списке Марины титул 2-кратного бронзового призера Олимпийских игр; 3-кратной чемпионки мира; 7-кратной чемпионки Европы.

Литвинчук, ко всему прочему, обладательница четырех золотых медалей студенческих Универсиад. А на II Европейских играх-2019, которые не так давно завершились в Минске, уроженка Гомельщины стала настоящей героиней, завоевав четыре медали, из которых две – высшей пробы.

О том, какие эмоции испытала спортсменка после громких побед, что думает о предстоящей Олимпиаде-2020 в Токио, и кто ее главный болельщик – Марина рассказала корреспонденту «НС».

Марина ЛИТВИНЧУК, двукратный бронзовый призер Олимпийских игр в гребле на байдарках и каноэ:

«На свою удачу никогда не загадываю»

— Марина, уже больше месяца, как в белорусской столице завершились Европейские игры, но все равно Вас хочется поздравить с феноменальным успехом на водохранилище в Заславле...

— Спасибо большое. Без лишнего пафоса скажу, что все успехи, которые ко мне пришли на водных дорожках под Минском, были достигнуты благодаря работе, которую мы проделали вместе с тренером. И, конечно же, у меня вряд ли появилось бы столько силы для борьбы, не будь невероятной поддержки болельщиков. Но праздник прошел, и наступили серые будни. Главное сейчас – не останавливаться на достигнутом. Ведь впереди у меня чемпионат мира в венгерском городе Сегед – планетарное первенство пройдет с 21 по 25 августа, и на нем будут разыграны путевки на ОИ-2020. Понятное дело, что нам

необходимо завоевать как можно больше лицензий на Олимпийские игры в Токио.

— Можно не сомневаться, что успешные домашние старты только положительно скажутся на результатах предстоящего августовского мундиаля в Венгрии. Если не секрет, ожидали ли Вы, что на II Европейских играх будете триумфатором?

— У меня свой жизненный принцип, который сформировался в процессе тренировок и выступлений на стартах различного уровня: на свою удачу никогда не загадываю – она к тебе сама придет, если ты того заслужил. Конечно, теперь в Заславле в соревновательной программе были дисциплины, в которых я была уверена, что у меня обязательно будет медаль, ибо мы с тренерским штабом проделали великолепную подготовительную работу.

Плюс, повторюсь, свою лепту в мое достижение внесли многочисленные зрители...

— Вообще, насколько зависит успех спортсмена от симпатий болельщиков?

— Поддержка болельщиков очень важна. Когда слышишь громкое «Бе-ла-русь» или свое имя, то тебя просто несет на финиш. На гребном канале под Минском поддержка была сумасшедшая.

— На майском этапе Кубка мира в польской Познани, который предшествовал II Европейским играм в Минске, Вы выступили значительно скромнее, завоевав лишь одну золотую медаль на дистанции 500 метров в паре с Ольгой Худенко. Берегли силы для домашнего вступления?

— Во-первых, в Познани это был первый этап Кубка мира. Считайте, начало всего соревновательного большого сезона. А, во-вторых, на эти старты я большой акцент не делала, хотя была близка еще и к

завоеванию бронзы в одиночке на 500-метровке. Можно сказать, что мы съездили в Польшу, чтобы проверить свои силы. Тем не менее, там белорусская команда завоевала пять наград и в хорошей форме подошла ко II Европейским играм.

— **Марина, перед Вами можно снять шляпу в знак уважения и мужества. Вы ведь в середине января 2018 года родили сына Эльдара. И, считай, без раскачки, быстро вернулись в строй национальной команды...**

— Такова наша женская доля: и рожать, и выступать. В белорусском и мировом спорте немало примеров, когда дамы быстро переходят из статуса «мамы-сиделки» в образ «мамы-спортсменки».

— **Признайтесь, каково было возвращаться в спорт после прибавления в семье?**

— Думала, что после рождения ребенка будет легко вернуться в форму, но не тут-то было. Когда попробовала подтянуться на перекладине, то смогла всего полтора раза. После этого мое представление о воз-

вращении в большой спорт сразу же поменялось. Пришлось очень постараться, чтобы вернуть себе прежние спортивные кондиции.

— **Наверное, у Вас есть свой человек, который постоянно мотивирует держать себя в форме и совершенствоваться дальше?**

— Безусловно, что есть. Но пусть он останется моей тайной.

— **Как Вы считаете, должна ли быть конкуренция в команде, и не мешает ли это личным взаимоотношениям вне соревнований?**

— Сразу скажу, что не мешает. Конкуренция должна быть — она заставляет каждого из нас динамично развиваться. Я рада, что за последнее время она значительно выросла, и это — здорово. Понятное дело, что она не дает расслабиться и выступает в роли определенного мотиватора. Но личным взаимоотношениям в команде это никак не мешает.

— **Марина, жизнь показывает, что спорт невозможен без неудач. Если представить, что фортуна вдруг от Вас...**

— **Никогда не опускаю руки и не вешаю нос. Наверное, все люди в жизни совершают ошибки — и это касается не только спортивной сферы. Я просто стараюсь анализировать свои неудачи, делать выводы из произошедшего, и стремлюсь исправлять промахи.**

— **Как Вы проводите свободное время?**

— Сейчас свободного времени катастрофически мало и становится все меньше, поэтому в свои выходные предпочитаю просто выспаться, побыть с семьей. Вообще, по жизни я очень тихий и спокойный человек. Это я на старте волнуюсь или на победном финише могу закричать от радости. А если отстраниться от спорта, то меня можно увидеть, например, в лесу, где люблю собирать грибы или ягоды, или в парке на прогулке. Вообще, обожаю природу — она дает мне дополнительные силы и эмоции. А они в спорте, ой, как нужны.

Беседовала
Анжелика РОМАНЮК

