

## **Андрій Пістун: «Біля килима жіночий тренер – це радше психолог»**

Уже багато років викладач кафедри атлетичних видів спорту Львівського державного університету фізичної культури, заслужений тренер України Андрій Пістун з борцівських чемпіонатів світу та Європи з порожніми руками не повертається. У Лас-Вегасі у львівського жіночого тренера зіграли відразу дві ставки. Чемпіонка світу-2014, аспірантка ЛДУФК Юлія Ткач виборола “бронзу” й олімпійську ліцензію. А у заключний день змагань головний приз дістався 21-річній студентці цього ж спортивного вишу Оксані Гергель.



— Жінки — це шквал емоцій. Тому під час сутички не завжди діє, коли тренер дає конкретні вказівки,— запевняє Андрій Пістун.— А ось відповідні емоції можуть творити дива. За хвилину до завершення фінальної сутички я на всю горлянку кричав Оксані Гергель: “Потерпи трішки! Може, це твій єдиний шанс у житті!”. Вона сама знала, як тактично перемагати монголку Церемчімед Сухі. А я був з нею, щоб підтримати, не дозволити допустити слабінку. Біля килима жіночий тренер — це радше психолог. І “Давай! Ти можеш!” часом діють ефективніше, ніж найкращий експрес-аналіз.

**— На чемпіонаті світу у Лас-Вегасі Оксана Гергель стала відкриттям сезону. Завдяки чому 21-річна дівчина стала найсильнішою на планеті?**

— А до того, у березні, вона ще й Кубок світу в особистому заліку у своїй категорії до 60 кг виграла! Здолала чинну чемпіонку Європи шведку Софію Маттсон та чемпіонку світу монголку Сухі. Гергель приїхала до нас з Іваничів малесенькою, цифри на вазі ледь-ледь сягали 32 кг. Важко їй тоді усе давалося: першість України та Європи серед кадетів виграла лишень в останній рік. І два роки дорослої кар’єри весь час зупинялася біля підніжжя п’єдесталу... Я хвилювався, щоб на чемпіонаті світу не пригадала усі ці свої поразки, щоб у голові не промайнула тінь сумніву у власних силах. У Оксани доволі цікавий, суто європейський стиль боротьби, чимось схожий на чоловічу класичну боротьбу. Вміє кидати навіть через спину — не всі чоловіки здатні на таке. У такому стилі

можна перемагати азійських борчинь, які традиційно борються знизу. Саме ця боротьба і принесла Оксані перемогу у Лас-Вегасі: у трьох сутичках кинула суперниць через стегно.

**— В останні роки з борцівської мапи планети зникли країни-лідери та країни-аутсайдери. Чи можна спрогнозувати, між ким точитиметься боротьба за призові місця у Ріо-де-Жанейро?**

— У найлегшій вазі, до 48 кг, гадаю, у фіналі стосунки традиційно з'ясовуватимуть молода японка Ері Тосака, яка уже тричі встигла стати чемпіонкою світу, та Марія Стадник, яка презентує Азербайджан. Нам у легких вагових категоріях конкурувати буде важче: тут азійського домінування ніхто не відміняв. У 48 кг за право виборювати олімпійські перепустки змагатимуться досвідчені Наталія Пулковська та чемпіонка світу Олександра Когут, яка у червні повернулася у спорт після народження дитини. У 53 кг претенденткою на місце у збірній є наша Лілія Горішня, яка стала чемпіонкою Європи до 23 років. Якщо їй вдасться залікувати травми, вихованка Олександра Раковського може розраховувати на ліцензію. Окрім Горішньої, на це місце претендує ще одна львів'янка, Юлія Благиня, яка тренується у Києві у Тараса Данька. А також херсонка Олена Кремзер.

Наші дівчата повинні здобути ще бодай дві-три олімпійські перепустки на ліцензійних турнірах. У категоріях 69 кг шанси є в Аліні Махині, адже головні претендентки на участь в Іграх від Європи уже мають ліцензії. На чемпіонаті світу Аліна тактично поступилася японці Сарі Досо. Японка, своєю чергою, програла китайці. У нас прийнято хвалитися: наші дівчата фізично найсильніші. Ті часи, коли українки силою могли притиснути суперниць, давно минули. Самі подивіться: худенькі вони усі й невагомі... Право на олімпійську участь у 58 кг — це також питання часу. Єдиної фаворитки у цій категорії у нас немає. Чемпіонці світу у неолімпійській вазі до 60 кг Оксані Гергель внутрішню конкуренцію складуть львів'янка Тетяна Лавренчук й одеситка Ганна Василенко.

**— Над чим почали працювати з володаркою поки що єдиної на сьогодні ліцензії Юлією Ткач?**

— Після перемоги на торішньому чемпіонаті світу у Ташкенті Юля, можливо, засмутилася через “бронзу”. Та насправді у Лас-Вегасі вона виконала усе заплановане, і тепер готується до Олімпійських ігор. Чи могла знову стати чемпіонкою? Могла. Та чемпіонський титул зобов'язує до нових перемог. Від неї вимагали більшого, ніж від інших. Це тиснуло на психіку. До того ж до Вегаса Ткач приїхала більш втомленою, кудись разом з оптимальною її вагою ділася й свіжість. У процесі підготовки до чемпіонату на загальних зборах Юлю перевантажили. Якби був головним тренером, я б не проводив зборів у Заросляку, тижнями тримаючи дівчат у замкненому просторі, заганняючи їх кросами. Корисного ефекту середньогір'я Заросляк не дає, для цього підніматися слід ще вище. Погане харчування, відсутність можливості спілкування з рідними (у багатьох борчинь уже є власні сім'ї) — шкоди від таких зборів більше, ніж користі. З березня у дівчат було шість зборів. За ці кошти краще було б дати їм додаткову змагальну практику на турнірах або влаштувати корисніший збір в Азії — у Казахстані чи Монголії. Система тренувань у збірній не змінюється уже 15 років. За цей час кілька разів зазнавали змін правила і регламент змагань, іншими стали суперниці. Та у підготовці все вкрилося пилом...

З іншого боку, може, й добре, що Юля програла саме тепер. Принаймні є шанс все обдумати і зробити висновки. У категорії до 63 кг немає одноосібної лідерки. На Олімпіаді якраз Ткач буде однією з основних фавориток. У Ріо Юля, якщо боротиметься першим номером, не віддаючи суперницям ініціативи ані на мить, перемаже усіх.

[Назад](#)