

Убойный фитнес или профессиональный спорт?

«Место женщины исключительно на кухне» — уже давно забытый и скучный мейнстрим, который ещё иногда подаёт слабые признаки жизни.

Разумеется, стереотип распространён преимущественно среди представителей мужского пола. Однако шутить приходится всё меньше, потому что за тарелочкой борща на обед можно огрести не только ложкой по лбу. По мере того, как затихают разговоры о том, что женщины слабые и хрупкие, растёт внимание

к единоборствам, где о своих правах заявляют и представительницы прекрасного пола.

Ещё пару лет назад президент самого популярного в мире UFC Дэйна Уайт был категорически против выступления девушек в октагоне, в то время как сегодня существует отдельный промоушен Invicta FC (Fighting

Championships), являющийся дочерней организацией боёв только среди женщин. К слову, последние не против драться за титул и на абсолютном чемпионате, причём не уступая мужчинам. Особенно в зрелищности шоу, к которому так привыкла многомиллионная публика.

(Окончание на 2-й стр.)

Убойный фитнес или профессиональный спорт?

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Стремительное развитие «женских» единоборств и признание законного права за девушками сражаться в «клетке», ринге или на ковре в суровых условиях больше прерогатива Америки и стран Европы. Беларусь, как известно, немного отстаёт от общемировых тенденций. И хоть сейчас наблюдается своеобразный ажиотаж — число девушек, записывающихся в секции по боксу, кикбоксингу, «рукопашке» и MMA, растёт, — половина, если не больше, всё же делает упор на поддержание чисто физической формы и на крайний запасной случай — обучение самообороне. Отсюда и некоторые пробелы в профессиональном спортивном мире. Среда неконкурентоспособная. Результаты невысокие.

Точнее, они были таковыми до момента, пока на мировой арене над пьедесталом не стал всё чаще развеваться белорусский флаг. Появились первые звёзды, пример которых дал импульс для развития единоборств среди «барышень» и задал новые тенденции. Надо отметить, положительные.

Девушка, о которой сейчас пойдёт речь, стала первой, кто привёз стране «золото» с чемпионата мира по рукопашному бою. Званий в списке, присуждённых спортсменке, не меньше, чем завоёванных титулов на форумах мирового масштаба. Среди них и мастер спорта международного класса по рукопашному бою, и мастер спорта по дзюдо, самбо и вольной борьбе. Ко всему, являясь преподавателем кафедры физической подготовки и спорта Университета гражданской защиты МЧС, она успела подготовить мастера спорта по вольной борьбе и двух призёров универсиады по самбо. Без сомнений, жизнь этой мисс точно посвящена единоборствам, а нам лишь остаётся запомнить её имя и то, что попасть под горячую руку

белоруски мало кому захочется. **Ольга КОМАРОВА** доказала это на мировых соревнованиях в Москве-2017, когда встретилась в финале с соперницей из Канады и закончила бой досрочно в первом раунде со счётом 13-3. Поединок был активным с самого начала, а эмоции после пропущенного балла от Брайант задали, что называется, темп выше среднего. С которым, кстати, оппонентке было сложно справиться, учитывая обрушивающиеся, как цунами, прямые и боковые удары Ольги. Для соперницы не предусматривался «спасательный круг», ко всему она еле успевала набирать воздух между атаками Комаровой. Так и «потонула».

— Пускай в «рукопашном» у нас в стране конкуренция среди девушек не такая высокая, мы даём хороший бой представителям тех же соседних государств. И уж точно ни в чём им не уступаем. Проблемы, конечно, есть — в основном дефицит девушек, занимающихся этим видом спорта, да и соревновательной практики маловато. Хотя сегодня эти задачи вполне решаемы и не представляют большую проблему. Девушки умеют показывать красочные бои: есть такие, которые сложно описать словами, — нужно видеть. Мы всегда идём до конца, что ли. А за счёт своего сильного характера демонстрируем яркое зрелище, — комментирует Ольга.

Спортсменка успела попробовать свои силы в «восьмиугольнике», где успешно взяла бронзовую медаль на недавнем прошедшем чемпионате мира по MMA, кото-

спорт?

что перешла на новый уровень. Хочу достигать новых вершин и побед. Обычно бросаю вызов при любой возможности выступить, а соперниц, в свою очередь, благодарю за то, что эту возможность предоставляют, — рассказывает белоруска, неустанно совершенствующаясь в своём деле.

В нашей стране MMA как отдельное боевое искусство появилось относительно недавно. Тут есть свои тонкости подготовки и технические нюансы. К сожалению, в Беларуси и в этом пока нет хорошей конкуренции, однако оппонентки постепенно начинают появляться, что радует. Нелзя не затронуть также финансовую сторону вопроса — MMA спонсируется слабо. Есть, однозначно, и плюсы — организовать поединок с девушками-бойцами из других стран на профессиональном уровне не проблема. Как пример грех не упомянуть «Волчицу» — номер один в Беларуси сегодня — опытную Лилию Казак, за плечами которой бои в том числе и со звёздами UFC Йоанной Йенджейчик и Вэйли Жанг. Достойно достаточно.

— Всё же у нас в стране очень сильная школа как ударной техники, так и борцовской. Правда, по отдельности. Но, думаю, следующее поколение бойцов MMA будет более универсальным, — считает Чаплинская.

«Ударников» или, точнее, «ударниц» сравнительно мало и в тайском боксе (несколько девочек в каждом весе). Несмотря на то, что новые появляются довольно часто, спустя время они куда-то исчезают, как и их желание выступать на соревнованиях. О причинах происходящего рассуждает мастер спорта по кикбоксингу и тайскому боксу **Александра СИТНИКОВА:**



— Возможно, тяжело тренироваться для соответствующего уровня соревнований,

возможно, личные обстоятельства — не знаю, но из новичков задерживаются немногие. Особенно ярко это видно по юниоркам: когда они переходят в разряд взрослых (с 18 лет), девушки уже заканчивают выступать к этому моменту. Повод? Для некоторых учёба в университете, для других — новый образ жизни: хочется гулять. А в спорте требуется дисциплина. Третьи просто не выдерживают конкуренции среди взрослых, особенно на международных соревнованиях.

И всё же спортсменка отчётливо видит положительную динамику процесса популяризации этих видов единоборств как в Беларуси, так и во всём мире. Растёт количество стран-участниц на чемпионатах, открываются новые залы, та же конкуренция повышается:

— Родиной тайского бокса считается Таиланд, и там держали лидерскую позицию. Но до момента, пока европейцы с их смешением разных стилей и базы не стали добавлять технику таэквондо, кикбоксинга и бокса. Эти единоборства смежные, поэтому их разнообразие повышает конкуренцию и сложность.

Александра предполагает, что кикбоксинг и тайский бокс сегодня популярны также как замена поднадоевшему фитнесу. И тут уже наших девушек недостаточно. У многих хорошо получается, и даже удар неплохо поставлен, но они не хотят драться — боятся за внешность, для них бокс — это способ держать себя в форме.

— Всё равно рада, что многим он по душе. Лучший антистресс. Да и навыки самообороны не повредят, — уверяет Александра.



Карина ЧАПЛИНСКАЯ

рый проводили под эгидой организации GAMMA (Global Association Of MMA). Однако белоруска считает, что это слишком жестокий вид единоборств, поэтому предпочтение отдаёт родной «рукопашке».

А вот 19-летняя брестчанка **Карина ЧАПЛИНСКАЯ**, напротив, дебютировав в профессионалах по MMA и одержав уже две победы за свою пока небольшую карьеру, не желает останавливаться на достигнутом.

— Пришла в MMA уже с определённой базой, так как почти всю жизнь занималась единоборствами. Конечно, появились новые навыки. Ни капли не пожалела за последние полгода о том,