

# Решающая миля Андрея Задорожного

## ОЛИМПИЙСКИЙ ДЕНЬ БЕГА

До Олимпиады в Пекине секундомер отсчитывает уже не недели – дни. Каждый из них приближает нас к апофеозу спортивного четырёхлетия. И уже сегодня тысячи спортсменов понимают: невзирая на олимпийские принципы, наступит время, когда одни из них будут гордо смотреть на мир с пьедесталов, а другие – понурившись, отправятся готовиться к следующим стартам. Андрей Задорожный, как бы он ни пробежал свои коронные 1500 метров, личную Олимпиаду, без сомнения, выиграл. Но сам он так не считает и компромиссов не ищет. В компании кенийцев, марокканцев и «разных прочих шведов» наш лучший стайер собирается таковым и оставаться.

Из большого спорта Андрея Задорожного списывали как минимум дважды. Первый раз – на стыке веков, когда родная бесплатная медицина едва не оставила лучшего бегуна России на классической дистанции в 1500 метров в буквальном смысле без ноги. «История об электрофорезе», после которого многострадальное ахиллово сухожилие спортсмена собирали буквально из ничего, в своё время была освещена весьма широко. Гораздо меньше известно о том, что в прошлом году случилось со второй ногой Андрея. Тут наш олимпиец оказался в тяжёлом положении из-за политики... Росспорта.

Ни для кого не секрет, что большой спорт – это ещё и большой бизнес, как бы последователи Пьера де Кубертена от этого ни отрещивались. Внимательный зритель заметит, что биатлонисты Китая выступают на лыжах совсем не того производителя, что их соперники из России. А французам всегда узнаешь по их патристической экипировке. И сам спортсмен не может в силу объективных обстоятельств «поменять коня» – в высоких кабинетах уже подписаны соглашения, чья эмблема должна быть на его лыжах, кроссовках или палках.

Так Андрей оказался экипирован в шиповки фирмы, больше известной своими баскетбольными достижениями. И казалось, что фирма сия гораздо легче удовлетворит потребности Майкла Джордана, нежели российского бегуна на длинные дистанции. В результа-

те тренировок в обуви от производителя с мировым именем через месяц ноги у нашего бегуна побаливали, через два – болели весьма конкретно, а через три – на одну ногу он с трудом мог даже наступать. Возникла неприятная перспектива оказаться в канун Олимпиады вне сборной...

– Наша медицина в очередной раз обернулась для меня теневой стороной, – вспоминает Андрей. – В помощи никто не отказывал. Более того, многие столичные клиники наперебой предлагали свои услуги (не задаром, конечно). Правда, эффект обещали только в софлагательном клонении: «Это должно помочь – в крайнем случае не навредить». Как следствие – уходило время и деньги, а результата всё не было.

Выход нашёлся в Ярославле – не зря же кафедра ЛФК и врачебного контроля ЯГМА считается наиболее сильной в России, а организованный при ней центр спортивной травматологии и реабилитации – одним из самых эффективно работающих. Оказалось, что для выздоровления спортсмену необходимы обычные противовоспалительные препараты, продающиеся в любой аптеке, но в специфическом сочетании и определённым курсом. Стратегию лечения предложили Владимир Рудычев, работающий доктором ВСК «Ярославич», и ведущий центр спортивной травматологии и реабилитации Павел Климовский. После того как с недугом удалось справиться с наименьшими потерями



Фото Владимира Юрасова

ми, Андрей Задорожный остался «в ведении» ЯГМА, но уже не как пациент, а как действующий спортсмен, кандидат в олимпийскую сборную. Для представителя «циклического» вида спорта патронаж доктора, идущего в ногу с современной медициной, – дело важное, сравнимое с упорством на тренировках.

Впрочем, избавиться от травмы – только первая ступенька на гигантской лестнице, ведущей к олимпийскому финальному забегу. Судите сами: Андрею – тридцать пять лет. В этом возрасте многие бывшие спортсмены уходят уже с тренерской работы – на административную. У Андрея – семья, и сыну Илье едва исполнилось полтора года. Представьте мужа, проводящего в сборах семь-восемь месяцев в году. Но даже когда Андрей в Ярославле, с Ильёй он больше общается в легкоатлетических манежах (если наши сооружения можно так называть) или во время кроссовых тренировок.

– Жена стойко переносит всё это, – говорит сам спортсмен. – Она понимает, что от

моего выступления на Олимпиаде будет зависеть вся наша дальнейшая жизнь.

Тоже, кстати, ребус, поскольку места в сборной ни для кого не забронированы. Даже просто для того, чтобы претендовать на них, нужны три составляющие: быть москвичом, иметь норматив Международной федерации лёгкой атлетики и входить в число двух лучших российских бегунов на «олимпийскую милю» (так неофициально называют дистанцию в 1500 метров). Вопрос с «гражданством» Андреем решён довольно давно: сегодня он выступает в параллельном зачёте, представляя Москву и Ярославскую область.

В пару лучших попасть несколько труднее – травма серьёзно выбила нашего бегуна из тренировочного цикла, а в его возрасте набирать форму можно либо быстро, либо качественно. Тем не менее весной, на открытом чемпионате Московской области, выступая фактически на одной ноге, Андрей стал десятым с результатом 3.47.31. Не бог весть что, конечно, но и не так уж пессимистично, с точки зрения тренера

Андрея Владимира Владимировича Граудыня. В конце концов на Олимпиадах предварительные забеги бегут иногда и медленнее – кому ж охота выкладываться «по полной» до финала? Правда, пока ставку на Андрея наши спортивные чиновники делать не торопятся, но в своё время, излечившись от первой травмы и сразу дважды став чемпионом России, Андрей вроде бы всем всё уже доказал. Что же касается норматива (3.35.00), то уже сегодня наш спортсмен делает его сравнительно легко.

Однако отобраться при всей сложности этой задачи – это для Андрея вообще не вопрос. Он, будучи ещё только кандидатом в сборную России (наша страна на дистанции в 1500 метров может заявить троих спортсменов, но побегут только двое), собирается в Пекин исключительно затем, чтобы как минимум бороться за призовую подиум. И, по большому олимпийскому счёту, Андрей прав. Это в двадцать лет можно tehdä себя надеждами на следующую, а то и ещё одну Олимпиаду. В тридцать пять вопрос стоит просто: всё или ничего.

Исследования некоторых медиков вообще утверждают, что представители иных кенийских племён отличаются от европейцев добрым участком генома, отвечающим как раз за скоростную выносливость.

– Да, ребята они быстрые, – соглашается Андрей. – Но кто сказал, что побеждать их нельзя? Юра Борзаковский, например, так всё «застолбил» на восьми сотнях, что сегодня многие бегуны предпочитают «мигрировать» к нам на 1500 или пробовать себя в длинном спринте. В последнее время гегемония африканцев на нашей дистанции сошла на нет. Может быть, потому, что они всё равно в США тренируются почти поголовно. Судите сами: украинец Иван Гешко – чемпион мира. Ферман Качо – испанец чистокровный, но периодически побеждает африканцев на крупных коммерческих турнирах, где те бегут исключительно на рекорд. Это к тому, что у них свои козыри, у нас – свои. В этом сложность лёгкой атлетики, но в этом же и её прелесть. Можно иметь одну-две тактические заготовки, и если точно выбрать время, их применение позволит обыграть кого угодно. Правда, для этого необходимо бежать быстрее своих соперников – тактика применима только в том случае, если с остальными составляющими бега (техникой, атлетизмом и умением терпеть) всё обстоит идеально.

Идеально ли сегодня, в Олимпийский день бега, состояние самого Андрея Задорожного? Скажем честно: сегодня оно и не должно таковым быть. Но его опыт позволяет надеяться, что в день финала на самой классической дистанции олимпийской легкоатлетической программы мы ещё раз увидим нечто подобное тому, что было в полуфинале чемпионата мира 1997 года. Тогда непобедимый Хешам Аль Геррудж обнаружил, что в финишном звезде в то время никому не известный русский парень вот-вот лишит его локальной, но всё же таки победы. На мировом форуме Андрею не хватило пары метров и удачи в финальном забеге. Что-то будет завтра?

Анатолий КОНОНЕЦ.