



32-летний олимпийский чемпион из Ханты-Мансийска в первом подробном интервью «Спорт-Экспрессу» после окончания зимы объяснил причины неудачного сезона и пообещал пока не уходить из спорта.

- На чемпионате России в Тюмени [вы выступали только в эстафете](#) . Почему не бежали остальную программу?

- Мы с тренерами заранее приняли такое решение. Я приболел в конце «Тура Канады», улетел оттуда досрочно, но успел восстановиться, понимая, что пробежать осталось только свой этап в эстафете.

- Обратила внимание, что вы бежали эстафетную гонку в форме национальной команды, а не в белом комбинезоне сборной ХМАО, как ваши напарники. Это что-то значило?

- На самом деле получилось очень неправильно, я сильно переживаю. Это моя ошибка: я до последнего тренировался у себя в клубе в Пересвете, чтобы поддержать форму, и перед отлетом в Тюмень не успел заехать за нужным комбезом домой.

- Впереди на чемпионате страны супермарафон, который вы, видимо, не побежите. Какие планы теперь?

- Я хочу «обнулиться». Раньше каждую весну я продолжал поддерживать себя в форме даже в период отпуска. А теперь хочу сделать как в те годы, когда я только начинал тренироваться с европейцами. Тогда приезжал на сбор и не мог даже штангу с маленьким весом поднять, до такой степени мышцы отдыхали. Сейчас хочу сделать так же: мышцам, да и вообще всему организму, нужен перерыв.

- Что вам необходимо, чтобы настолько расслабиться, - море, пляж?

- Мне как раз не важно, где находиться - на море или дома. Главное, просто побыть с семьей, много кушать, заниматься охотой-рыбалкой... В общем, отключиться от всего и

не думать о тренировках. Может, только бегать небольшие кроссы, чтобы сердце работало.

К УСТЮГОВУ РЕВНОСТИ НЕТ

- Прошедший сезон стал для вас вторым подряд без призовых мест на этапах Кубка мира. Это сильное разочарование?

- Уже второй год подряд у меня что-то не получается. Видел сообщения разных интернет-троллей о том, что я якобы занимаюсь каким-то бизнесом, но только не спортом. Все это неправда. Просто четыре года подготовки к Олимпиаде в Сочи были очень сложными, и после них я пока не могу выйти на свой максимальный уровень. Тем не менее нынешний сезон у меня получился очень стабильным, я много раз был в первой десятке или непосредственно за ней. Это позволило остаться в десятке дистанционного Кубка мира. Конечно, хотелось бы лучшего. Но появилось очень много сильных молодых ребят и у нас в России, и у норвежцев. Я отношусь к этому с пониманием, так устроена жизнь...

- Сергей Устюгов идет по вашему пути - тренируется у тех же тренеров, с кем раньше работали вы; так же, как и вы в свое время, занял в этом году второе место на многодневке «Тур де Ски»...

- Сергей - очень сильный спортсмен с большим будущим. Не хочу заранее навешивать на него ярлыки, но дай бог ему всего. Надеюсь, что к нему подтянутся еще человек пять-шесть наших молодых ребят. Снова не буду называть фамилий, чтобы никого не задеть. Со временем вы сами их увидите и узнаете.

- Нынешние успехи Устюгова - не повод для хорошей спортивной ревности?

- Что вы, какая может быть ревность? Это правильно, что вырастает молодежь и постепенно начинает нас обыгрывать, так и должно быть. Я же не опускаю рук, я тренируюсь - даже в этом году сделал объем 12 тысяч километров. Но что-то не идет, не получается, и пока я с этим ничего не могу поделать.

Продолжение интервью Александра Легкова журналисту «Спорт-Экспресса» Наталье Марьянчик читайте на сайте « [Спорт-Экспресса](#) ».