

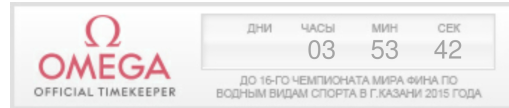


FINA WORLD CHAMPIONSHIPS  
**KAZAN**  
RUSSIA 2015

16-й Чемпионат мира ФИНА  
по водным видам спорта

Water of Life

24 июля – 9 августа 2015



## НИКИТА КОНОВАЛОВ: «ВАЖНО ПРОПлыТЬ И ПОЛУЧИТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ДИСТАНЦИИ»

🕒 16.11.2015, 11:20  
СПОРТ

25-летний спортсмен из Омска, начавший плавать в 4 года, прошел в этом году непростой путь и стал пятикратным Чемпионом России в рамках завершившегося на прошлой неделе турнира в Казани.

Заявив о себе как о чемпионе России на 50-метровке баттерфляем в 2009 году, Коновалов заставил воспринимать себя всерьез. Кому-то он известен как тот самый пловец с броской трауровкой из игры «Warcraft», кому-то – как вице-чемпион мира (2009 год), вице-чемпион мира на короткой воде (2010 год), постоянный призер в 25-метровом бассейне уровня страны, Европы и мира.

На прошедшем турнире в Казани Коновалов, выступая за Волгоградскую область, завоевал 5 золотых (50, 100 метров – баттерфляем, 100 метров – на спине, эстафета 4х50 метров вольным стилем, 4х100 метров комплекс) и 1 серебряную медаль (4х100 метров вольным стилем).

*- Всегда хотел выиграть соревнования именно по «абсолютке» лучшего результата. Надеюсь, скоро это произойдет. Пока это не удается, потому что таблица очков больше дает фору брассистам. Брассисты показывают чуть слабее результат, а получают больше очков.*

- Какая дистанция была для вас самой важной?

*- Не было определенной, сами соревнования важные. Тот сезон получился скомканным, плюс форму не смог набрать из-за «болячек». Вся лето, весну, как ни старался, не получалось выйти на определенной скорости, и результаты меня особо не устраивали. Проплывая дистанцию, я в принципе не мог выложиться. Обычная проба лактата – я даже не мог выйти на середину значения, которое должно быть на дистанции, я выходил после дистанции и лактат показал, как будто я просто балду гонял. Для меня было важно выйти на свои результаты, чтобы морально почувствовать себя сильнее.*

- Тренеры довольны?

*- Да, и наш начальник – Виктор Борисович Авдиенко – в хорошем настроении благодаря нашим медалям.*

- Какие прогнозы на Чемпионат Европы?

*- Неизвестно, кто будет там и в какой форме, тем более олимпийский год. Кто-то может притихнуть, а кто-то – бить мировые рекорды, не решусь сказать точно.*

- Для вас это будут важные соревнования?

*- Да, для меня в принципе все соревнования – важные, даже Военные игры в Корею, хотя там я был не в идеальной форме, но встал, плыл все, что мог – и дельфин, и кроль, и спину. Приехал с 6 медалями, осознал это только когда вернулся. Неважно, какая дистанция – важно проплыть и получить от нее удовольствие.*

- Кто еще, по-вашему, хорошо показал себя на Чемпионате России?

*- По волевым показателям – Сергей Фесиков. Я вижу, что он еще не в идеальной форме. Думаю, под такой нагрузкой к Чемпионату Европы покажет свои лучшие секунды. Вижу, что ему тяжело, но он встает и борется, не отдает. То же самое – Вячеслав Синькевич. Вместе с ним мы готовимся у одного тренера, в одной бригаде. Он начинает возвращаться к своим результатам – это нелегко дается. Человек, который прошел большой путь и хочет снова стать лидером. Не все сразу делается, уже довольно хорошо, что в том году не попал в полуфинал, а сейчас уже призер – радуют его выступления.*

- Над чем вам предстоит поработать?

- Научный руководитель делает съемку и распечатку всех отрезков. Приносил мне распечатку - сравнение с Чадом ле Кло 50-100 дельфин и спину с Мэтью Греверсом. Именно на дистанционных участках у меня превосходство во всем, но не хватает поворотов и технических элементов - титулованные спортсмены выигрывают у меня просто технически, даже не функционально. Более мощные они что ли - от поворотов как отскакивают - мне пока этого не хватает. Надо работать в зале и улучшить повороты - будут результаты, может, даже лучшие в мире.

- К Олимпиаде успеете?

- Там большая вода, один поворот. Надеюсь, там это на меня не повлияет. Будем брать дистанционной скоростью. Думаю, все получится. Постараюсь.

Пресс-служба АНО «Исполнительная дирекция спортивных проектов»



---

[ВЕРНУТЬСЯ К ЛЕНТЕ НОВОСТЕЙ](#)