«Летом болела душа. Хотел вернуться в обойму сборной»

Савелий Лузин – о пропуске чемпионата Европы, победе на национальном первенстве и задачах на мировой чемпионат в Пекине

С 1 по 6 декабря в Пекине состоится чемпионат мира по плаванию на короткой воде (25 метров). Сборная России отправилась на турнир мощным составом из 40 лучших спортсменов, отобранных по итогам недавнего чемпионата страны в Санкт-Петербурге. В состав сборной попал лидер команды Свердловской области Савелий ЛУЗИН. 21-летний новоуральский спортсмен на национальном чемпионате взял золото на 800-метровой дистанции вольным стилем и серебро на дистанции вдвое короче, выполнив критерии отбора на турнир в Китае. В интервью «Областной газете» Савелий подробно рассказал об итогах чемпионата страны, о целях на чемпионат мира и о том, почему летом у него «болела душа».



ПРЕСС-СЛУЖБА ФВВСР / ЕВГЕНИЙ ФИЛИППОВ, ЮЛИЯ ТРОФИМОВА

? Савелий, прежде всего поделитесь впечатлениями от выступления на чемпионате России в Санкт-Петербурге. Всем ли довольны?

– На самом деле ощущения двойственные. С одной стороны, я доволен тем, как проплыл на дистанции 400 метров, хотя и занял там второе место. Я показал лучший результат в карьере, хорошие цифры – 3:37.65, в прошлом году, для сравнения, было 3:39.00. Так что мы с ***Григорием Вековищевым***, который завоевал золото, показали хороший заплыв. Но, конечно, понимаю, что в целом я могу еще прибавлять, есть куда расти. Сейчас для меня взрослый спорт стал более осознанным, я начинаю больше работать над техническими элементами. Что касается 800-метровки, то я думал, что проплыву ее лучше. Но дистанция далась мне тяжело в плане ощущений. Я, конечно, рад, что выиграл, что отобрался на чемпионат мира. При этом будем с тренером разбирать и стараться улучшать какие-то моменты.

? Первое, что бросилось в глаза на чемпионате России, – это отсутствие вас на дистанции 1500 метров, где вы являлись действующим чемпионом страны. При этом в последний день вы проплыли непривычную для себя 200-метровку. С чем связаны такие изменения? Была ли это единоразовая акция или вы окончательно решили отказаться от стайерской дистанции?

– Мы с тренером приняли решение больше не выступать на 1500 метров. Со следующего года начинается отбор на Олимпийские игры, и «полторашку» в моем случае плавать невыгодно. Я бы хотел сосредоточиться на двух дистанциях – 400 и 800 метров. И по возможности, если будет получаться, плавать еще и 200-метровку. Но основной акцент именно на своих основных видах программы.

? Возвращаясь к 400-метровой дистанции. Вы выдали лучший результат в карьере, но не показалось ли вам, что немного «проспали» старт? Слишком далеко отпустили вашего главного соперника Григория Вековищева, и потом догонять было уже сложно.

– Я говорил, что у меня есть проблемы с некоторыми техническими элементами, есть над чем работать. Согласен, что я Григория сильно отпустил. Конечно, надо понимать, что мы плывем не 50 метров, а 400, дистанция довольно длинная, есть где разгоняться и где дорабатывать. Тем более что у Вековищева всегда максимально быстрый старт, он старается сразу же задавать темп и уплывать, а там уже насколько хватит сил. Для меня не было удивлением, что он создал себе задел на старте, я старался его не отпускать, но, конечно, можно было бы держаться чуть ближе.

? Вы сказали, что 800-метровкой не сильно довольны. Но при этом большую часть дистанции вы шли даже быстрее своего прошлогоднего рекорда России, сбавлять начали только на последних 300 метрах. Что произошло?

– Да, первую половину я чувствовал себя хорошо, шел, как и в прошлом году, держал темп. Во второй половине стало тяжело. Честно – не знаю, с чем это связано. Будем разбирать с моим тренером, чтобы избежать повторения таких ситуаций. Возможно, изменим план подготовки. В этом году подготовка к сезону короткой воды началась позднее – в сентябре, из-за того, что в августе я еще доплывал «большую» воду на Спартакиаде народов России. Обычно в августе я уже готовлюсь к короткой воде. Возможно, это тоже сказалось, подготовка была всего два месяца. Сейчас выступлю на чемпионате мира, и уже после этого будем подводить итоги, смотреть, над чем предстоит работать в дальнейшем.

? Не могу не спросить про отборочные нормативы на чемпионат мира. Удивило ли вас, что они были относительно простыми по сравнению с отбором на чемпионат Европы в большом бассейне в Париж? Летом вам не хватило совсем чуть-чуть, чтобы выполнить норматив, хотя тогда вы выиграли две дистанции на чемпионате страны. А сейчас, например, все финалисты на дистанции 400 метров выполнили критерии отбора на чемпионат мира в Пекине.

– Летом у меня болела душа, что я выиграл две дистанции, набрал хорошие очки, но не проплыл при этом по нормативу. Нормативы выводятся по 12-му времени, показанному на прошлогоднем чемпионате. А так как главные стайеры мира – европейцы (немцы, итальянцы), то и результаты на чемпионатах Европы весьма серьезные – даже у тех, кто занимает 12-е место. Сейчас же критерии отбора на чемпионат мира, как по мне, были гораздо легче, чем на «длинную Европу». Но я никак не могу на это повлиять. Нормативы выставляют федерации, и нам приходится их выполнять.

? Насколько «болевшая душа», как вы выразились, помогла вам в отборе на чемпионат мира? Была ли дополнительная мотивация – доказать, что вы достойны места в сборной России?

– Конечно, мотивация была запредельная. Хотелось вернуться в обойму сборной, поехать на чемпионат мира. Рад, что это получилось. В Китае буду стараться набираться опыта, стремиться показать лучшие результаты и занять наиболее высокие места.

? В октябре вы ездили в Ташкент на этап Кубка мира. Это был старт ради соревновательной практики? Особо к нему не готовились? Какие впечатления от возвращения на международную арену?

– Это был мой второй Кубок мира в карьере: в первый раз я плыл на этапе Кубка мира в Казани еще в 2021 году. Да, соревнования в Ташкенте были для меня такой «простартовкой» в рамках подготовки к чемпионату страны. Обычно я в таких случаях участвую на чемпионате УрФО, но здесь появилась возможность съездить в Узбекистан, посоревноваться со спортсменами из других стран – мы этой возможностью воспользовались. Этот старт я проходил под нагрузкой, не готовился к нему целенаправленно, плыл не ради результата. И тем не менее два раза занял шестое место.

? Два года назад вы ездили на свой первый чемпионат мира в короткой воде – в Будапеште. С тех пор вы укрепились в статусе одного из сильнейших стайеров страны, заматерели, сильно прибавили в результатах. С какими целями и задачами едете на чемпионат мира в Пекине?

– В Будапеште чемпионат мира был постолимпийским, туда приехали далеко не все самые сильные спортсмены – конкуренция была ниже, чем будет в Китае. Сейчас все начинают разгоняться к следующей Олимпиаде, поэтому, думаю, и результаты будут серьезнее. Еду с мыслями обязательно отобраться в финалы и на 400, и на 800 метров. А там будет видно: какая конкуренция, кто в какой форме, какие результаты. Буду стараться показать свой максимум.

? Как будто вы немного скромничаете. Например, ваш прошлогодний результат на 800-метровке на чемпионате страны – 7:32.36. С этим временем вы могли бы бороться на чемпионате мира-2024 за тройку призеров...

– Да, с таким временем, наверное, можно бороться за призы. Но, во-первых, его еще нужно показать. А во-вторых, опять же, мне кажется, что конкуренция тогда была слабее, чем будет сейчас в Пекине. На мой взгляд, каждый чемпионат мира – это отдельная история. Не стоит смотреть на прошлые результаты. Кто-то приезжает на турнир, кто-то нет, кто-то в хорошей форме, а кто-то нет. От этого тоже будет многое зависеть. От себя сделаю все возможное, чтобы показать достойные результаты.

? Как проходила подготовка к чемпионату мира?

– Сначала мы с командой отправились на озеро Круглое – это спортивная база в Подмосковье. В прошлый четверг вылетели в Китай на адаптационный сбор. Сейчас уже будем держать курс непосредственно на Пекин – на место старта. Чтобы «попробовать» воду, потренироваться и уже готовиться к заплывам.

Данил ПАЛИВОДА