

АННИКА БИЛЬСТАМ ЗАЩИТИЛА ЗВАНИЕ ЧЕМПИОНКИ МИРА



Анна Бильстам – чемпионка мира на средней дистанции. Анна – единственная спортсменка в истории шведской сборной, завоевавшая медали на четырех подряд чемпионатах мира. Причем в ее послужном списке есть медали всех трех индивидуальных дистанций (спринт, средняя и длинная дистанции). В коллекции у Анники «всего» одна «бронза» чемпионата Европы, завоеванная спортсменкой в эстафете на первенстве континента 2012 года в Швеции. Анна принимала участие в чемпионатах Европы лишь дважды: в 2012 году в Швеции и в 2008 году в Латвии.

Мало кому из шведских спортсменов удавалось защитить звание чемпиона мира. Однако на прошедшем в Шотландии первенстве планеты Анна Бильстам снова была сильнее всех на средней дистанции.

- Ощущения просто непередаваемые, похоже, я даже не до конца еще осознала, что второй раз подряд стала чемпионкой мира. Видимо, осознание придёт уже дома, когда чемпионат останется позади, – говорит Анна.

Всего в коллекции звезды шведской сборной три индивидуальных «золота» – столько же, сколько у самой успешной ориентировщицы в истории Швеции Анники Крингстад.

Абсолютный рекорд Анники побить, кажется, невозможно, ведь в 1980-х она побеждала на трёх чемпионатах подряд не только в индивидуальных дисциплинах, но и в эстафетах. И стала, таким образом, одной из немногих в шведской сборной, кто смог и по-

бедить, и защитить чемпионский титул.

Эмиль Вингстедт выиграл золотые медали двух чемпионатов подряд в спринте – это случилось в 2005 и 2006 гг. А до него и Анники защитить титул смогла лишь Улла Линдквист, и было это в далеком 1966, а затем 1968 году.

Кроме двух золотых медалей на средней дистанции Анна может похвастаться и «золотом» на длинной – свою первую награду высшей пробы она завоевала в 2011 году. Три индивидуальных «золота» – из шведских спортсменов такое достижение покорило только Аннике Бильстам и Аннике Крингстад.

- Это большая честь, когда тебя сравнивают со спортсменами, которые в детстве были твоими кумирами.

Приезжать на соревнования в качестве действующего чемпиона мира не так уж и просто.

- В преддверии чемпионата меня часто спрашивали, тяжело ли это – защищать звание. Но я старалась вовсе об этом не думать, ведь когда мы выходим на старт, у всех у нас равные шансы на победу. Я не рассчитывала повторить прошлогодний успех, но когда это все-таки случилось, я практически лишилась дара речи.

Начало забега выдалось для Анники немного нервным из-за проблем с шнурами на старте.

- После разминки, когда я выхожу на стартовую линию, я всегда перешнуровываю кроссовки. Но в это раз никак не получалось завязать узел и пришлось воспользоваться клеевой лентой, и я немного переживала. Пока бежала до первого контрольного пункта, никак не могла собраться с мыслями, даже лишний раз остановилась, но потом я постепенно нашла правильный темп и ритм.

По ходу гонки Анна довольно быстро обогнала других спортсменок.

- Это, конечно, приятный показатель, но, с другой стороны, о реальном положении вещей он ничего не говорит. В голову, конечно, эта мысль приходит, но от неё лучше избавиться и просто сконцентрироваться на том, чтобы как можно увереннее бежать от одного контрольного пункта до другого. И я очень собой довольна, поскольку у меня это получилось.

Во время забега Анна не думала, что бежит ко второму подряд «золоту». И в том году, и этот забег прошел для шведской спортсменки по схожему сценарию: оба раза Анна нашла в себе силы на мощный финишный рывок.

- На среднюю дистанцию чемпиона-

тов мира я выходила не впервые и знала, что «ровный» забег может стать залогом успеха. Поэтому я и выбрала такую тактику: не суетиться, не дергаться, а потихоньку наращивать темп. Я поставила перед собой задачу не спешить и думать только о следующем контрольном пункте. Шнурки, конечно, подвели, но забег все равно прошёл прекрасно, чему я безмерно рада.

Весной Анника практически не принимала участие в больших турнирах, да и в июне шведская ориентировщица не выходила на старт забегов в рамках Кубка Мира, так что у неё не было возможности помериться силами со своими потенциальными соперницами.

- Изначально я планировала бежать на больших турнирах, но, к сожалению, заболела. Три недели валялась с инфекцией дыхательных путей и все это время не тренировалась ни минуты. Это, само собой, меня беспокоило. За всю весну я толком не пробежала ни одной большой гонки. Но я все равно не падала духом и старалась не быть к себе слишком строгой.

Подготовка к чемпионату мира проходила по той же программе, что и годом ранее. Вплоть до середины июня Анника в обычном режиме работала на основной работе, потом у неё было два интенсивных тренировочных периода, а в преддверии чемпионата она снизила нагрузку. Все для того, чтобы подойти к самому важному в сезоне турниру в оптимальной форме.

- У меня не очень получается оставаться на пике формы весь год. Это довольно сложно, учитывая, что у меня есть ещё и тренировки, и полноценная работа.

Победа в Шотландии означает, что в следующем году Анника автоматически попадает на чемпионат мира, который примет Швеция.



- Ну, я пока думала только о нынешнем чемпионате. Что будет в следующем году – проживем, увидим. Но здорово будет бежать у себя дома. К тому же в последние годы ориентирование в Швеции

набирает обороты, а теперь ещё больше людей узнают о нашем чудесном виде спорта. На чемпионат я приеду, что бы ни случилось, а уж побегу я или нет – там видно будет.



Предлагаем вашему вниманию настольные и карточные игры для изучения азов спортивного ориентирования. Игры помогут детям тренировать память, запомнить условные обозначения карт и легенд, развить зрительное восприятие, внимание и реакцию, подарят незабываемые минуты радости, скрасят досуг на соревнованиях, тренировках, сборах и транспорте. Вы можете заказать у нас игры или приобрести их на крупных соревнованиях. В наличии имеются следующие игры: Квартет+ (русская и англо-версии), 0-Дубль, 0-Легенды, 0-Мемори, Финская игра «Ориентирование», «Гонки по правилам» и многие другие. У нас вы найдёте незаменимые аксессуары: футболки, компаса, специализированные программы, курвиметры и т.д. Возможна доставка в регионы. Тренерам и организаторам соревнований предоставляются скидки.

Играйте и будьте чемпионами!

www.orient-games.ru
ООО «0-ИГРЫ», г. Москва,
тел. 8 (926) 769-8336