

ЮНАС ЛЕАНДЕРСОН – ДЕЙСТВУЮЩИЙ ЧЕМПИОН МИРА В СПРИНТЕ



Юнас Леандерссон, как никто из ориентировщиков, умеет выкладываться на все сто, именно в те моменты, когда это больше всего необходимо. Свою первую большую победу во «взрослом» ориентировании Юнас одержал на Чемпионате Европы 2012 года, который проходил в шведском городе Фалун. С тех пор Юнас ни разу не уезжал с первенства континента или планеты без медалей. Сейчас у него в коллекции пять золотых, одна серебряная и две бронзовых медали больших чемпионатов.

- Да, это такой особый навык – показать все, на что способен, именно на чемпионате мира, где конкуренция так высока. У меня, к счастью, получается не нервничать и держать себя в руках, – говорит Юнас.

В финальном забеге на спринтерскую дистанцию на ЧМ-2015 в Шотландии Юнас использовал ту же тактику, что и во время спринтерского забега на ЧМ-2013 в Финляндии, принесшего шведскому спортсмену «бронзу».

- Тогда я решил для себя, что буду предельно собран и лучше потеряю немного времени, чем приму скоропалительное решение. В этом году я выбрал точно такой же подход. Некоторые бежали быстрее меня, но и ошибок они допустили куда больше.

Готовился к чемпионату мира в Шотландии Юнас по обычной программе, однако внес в нее одно небольшое изменение:

- В этом году я немного ослабил интенсивность тренировок. Я начал отдыхать немного раньше и форму к чемпионату, увеличивая нагрузки, набирал в этот раз быстрее.

Спринтерский забег на прошлогоднем чемпионате мира выдался как никогда «плотным» – Юнас опередил Мартина Хубмана, занявшего второе место, всего на 1,9 секунд.

- Борьба за медали была просто невероятная. Только подумать: пробеги я всего на семь секунд медленнее – и остался бы вовсе без медали, и плевать, что дистанцию я прошел практически идеально.

А ведь и правда, Юнас чуть не лишился шансов на победу в самом начале дистанции. Шведский спортсмен допустил небольшую ошибку на подходе ко второму контрольному пункту.

- Я был буквально в шаге от провала – чуть не пропустил поворот, заметил его только краем глаза, когда уже пробежал мимо. Но я собрался с духом и не стал нервничать – и вот тогда я понял, что день сегодня будет хороший.

Однако оставаться столь хладнокровным у Юнаса получается не всегда.

- В течение нескольких дней перед финалом я очень сильно нервничал, намного сильнее, чем на прошлых чемпионатах. Скорее всего, потому, что я знал, что все у меня идет невероятно хорошо и что я нахожусь на пике формы.

Однако когда выходишь на старт, о нервах приходится забыть.

- Нужно отбросить все мысли о важности момента и просто получать удовольствие от происходящего. Просто радоваться тому, что подготовка прошла хорошо, и что ты стоишь здесь, и что ты в отличной форме. Это очень приятное чувство.

Это чувство Юнасу удалось сохранить в течение всего забега.

- Когда я финишировал, подумал, что медаль мне вряд ли достанется, особенно после того, как на последнем этапе я потерял немного времени. Но когда пересекаешь финишную черту, чувствуешь облегчение: «Да, я сделал это, и сделал это неплохо».

Однако остальные приходили на финиш с худшим временем, чем у Юнаса, и вскоре стало понятно, что тройку лидеров замкнул товарищ Юнаса по шведской сборной Йеркер Люсель.

- Когда все становится ясно, только тогда тебя окончательно «отпускает», и ты перестаешь понимать, что творится у тебя на душе. Ты мечтал об этом целый год. Постепенно приходит осознание, но поверить до конца все равно сложно. А тут еще выясняется, что Йеркер пришел третьим, и есть с кем разделить радость победы.

Юнасу и правда потребовалась какое-то время, чтобы окончательно понять, что он – чемпион мира.

- Только когда уже оказался дома и успокоился, до тебя наконец доходит, что же сегодня произошло! Я еще долго не мог заснуть, лежал и радовался золотой медали.

И только после этого Юнас понял, что благодаря званию чемпиона мира он гарантированно примет участие в спринтерском забеге первенства планеты, которое пройдет в Швеции в 2016 году.

- Мне это и самому радостно, да и для команды это всегда хорошо. Чем больше шведских спортсменов выйдет на старт, тем лучше.

Само собой, и на «домашнем» чемпионате мира Юнас будет нацеливаться на медаль. Впрочем, шведский ориентировщик считает, что главное – не победа.

- Все мои медали лежат у меня дома в комод. Но, в общем и целом, я выступаю не ради медалей. Удовольствие мне доставляет соревновательный день целиком, память о выступлении – вот, что по-настоящему ценно. А медали – это просто вещественное доказательство, и больше всего, как мне кажется, они интересуют тех, кто приходит ко мне в гости. Мне же важно выложиться на все сто, показать все, на что я способен, и сделать это на самом важном турнире, на соревнованиях, к которым все готовится крайне ответственно.