

Б И Б Л И О Т Е К А

ISSN 0132-2095



ОГОНЁК

№ 30

1985



Владимир САЛЬНИКОВ

НЕЛЕГКАЯ ВОДА

М О С К В А

ИЗДАТЕЛЬСТВО

«П Р А В Д А»

БИБЛИОТЕКА «ОГОНЕК» № 30

Владимир САЛЬНИКОВ

НЕЛЕГКАЯ ВОДА

(Записки пловца)

Москва. Издательство «ПРАВДА»
1985

Владимир САЛЬНИКОВ

Известный пловец, заслуженный мастер спорта, офицер Советской Армии Владимир Валерьевич Сальников родился 21 мая 1960 года в Ленинграде. Окончил Ленинградский институт физкультуры имени Лесгафта и продолжает учебу в аспирантуре ГЦОЛИФКа.

С 1975 года Владимир Сальников был включен в состав сборной команды Советского Союза. Чемпион Олимпийских игр (1980 г.), чемпион мира (1978 и 1982 гг.), чемпион Европы (1977, 1981 и 1983 гг.), многократный чемпион СССР (1978—1984 гг.), одиннадцатикратный рекордсмен мира. Награжден орденом Ленина и орденом Трудового Красного Знамени.

Многих пловцов вольного стиля пришлось мне повидать: и австралийца Муррея Роуза и стайера из США Майкла Бартона. Оба пловца не раз устанавливали мировые рекорды, и только им удавалось дважды подряд побеждать на Олимпиадах. Я имею в виду дистанции 400 и 1500 метров.

В те годы, неоднократно выходя на старт, уже сдав позиции лидера или наблюдая за заплывами с трибун, я возвращался к мысли, что еще не появился в советском плавании спортсмен, способный удивить мир именно на этих дистанциях. Теперь такой пловец есть, его имя известно миллионам болельщиков, он десятки раз устанавливал всесоюзные, европейские и мировые рекорды, дважды завоевывал золотые награды на чемпионатах мира и трижды Европы, он трехкратный победитель Московской Олимпиады, а на турнире «Дружба-84» он еще раз подтвердил звание сильнейшего пловца планеты.

Летом 1975 года я услышал о двух способных молодых пловцах из Ленинграда. Посмотреть на них мне удалось через год в Киеве на отборочных состязаниях перед Олимпиадой в Монреале. Первый — Сергей Русин — оказался не в лучшей форме, но запомнился своей спортивной дерзостью в заплыве с сильнейшими. Другой — Владимир Сальников — понравился своим ходом в финале на 1500 метров, где завоевал путевку на Олимпиаду. Спустя всего два года Сальников приблизился по своим результатам к рекордсмену мира американцу Б. Гуделлу.

Все эти годы я внимательно следил за судьбой Сальникова, старался не пропустить ни одного его заплыва, особенно на 1500 метров. Благодаря телевидению мне удалось увидеть прямую трансляцию, а затем и в видеозаписи многие из его незабываемых побед.

Несколько лет назад во время одной из наших «официальных встреч» — корреспондента и спортсмена — Володя заметил:

— Сколько раз встречался с журналистами, и всегда почти одно и то же: «вопрос — ответ», «вопрос — ответ», а так хочется когда-нибудь просто рассказать о том, что для меня плавание, как стал спортсменом, как удалось выйти на мировой уровень и мне и моим товарищам по команде...

Рад, что смог помочь ему.

Семен БЕЛИЦ-ГЕЙМАН, призер XIX Олимпийских игр, чемпион Европы, экс-рекордсмен мира по плаванию, журналист.

В словаре пловцов есть такой термин — «легкая вода». Так спортсмены называют водные дорожки, на которых легко и быстро плавается. Но в их жизни вода легкой никогда не бывает.

I

Несколько лет назад, а точнее после Московской Олимпиады, мне предложили написать книгу, пусть небольшую, но книгу о плавании. Редактор, обратившийся ко мне с таким предложением, был явно удивлен моим ответом: до «мемуаров» я еще не дорос, хотя бы по возрасту.

Да и сегодня мало что изменилось в моих писательских возможностях, но желание рассказать о пережитом стало проявляться все сильнее. Это заметили журналисты: на пресс-конференциях я стал многословнее и, отвечая на вопросы, часто выходил за рамки тех проблем и фактов, которые интересовали на данный момент представителей «пишущей гвардии». Я даже стал подсказывать им актуальные темы, те, что, с моей точки зрения, оставались без внимания прессы. И, естественно, мне хотелось увидеть все это на страницах газет, услышать в радиопередачах и телерепортажах. Но, к сожалению, мои надежды, как правило, не оправдывались. Отчеты и интервью оказывались братьями-близнецами.

Видимо, это и побудило меня взяться за перо. Я стал делиться своими мыслями с магнитофоном и, наконец, решил приступить к запискам. Вскоре появились первые публикации. И казалось, все идет по давно намеченному жизненному плану. Но вот в мае 1984 года я узнаю о решении НОК СССР не посылать нашу команду на Олимпиаду в Лос-Анджелес. В эти дни трудно было сохранить самообладание. Чувство возмущения американской администрацией, сорвавшей участие советских спортсменов в Олимпиаде, не покидало меня. Четыре года я готовился к Олимпиаде, четыре года мечтал повторить то, что удалось сделать на Играх в Москве. И вот такое разочарование.

Многие мои товарищи были лишены возможности осуществить самое заветное — подняться на олимпийский пьедестал. Свою точку зрения на решение НОК СССР я вместе с ведущими спортсменами

страны высказал на страницах «Огонька» № 22. Сейчас хочу повторить лишь одно: мы сделали все возможное, чтобы продолжить тренировки и быть готовыми к главным стартам года.

Может быть, это покажется странным, но, возвращаясь в моих записках в прошлое, я смог с надеждой посмотреть в будущее. И начать их хочу с наиболее яркого и значительного события в моей жизни, тем более сегодня, когда многие переживания тех дней перекликаются с тем, что пришлось переучувствовать в майские дни 1984 года.

...19 июля 1980 года в Москве зажегся огонь Игр XXII Олимпиады. И, наблюдая церемонию торжественного их открытия, я подумал о том, что президент США Картер основательно нарушил мои планы. Не один год я готовился к тому дню, когда смогу дать бой американским чемпионам, и вот пловцы США остались дома, а я на Олимпиаде без главного своего соперника — рекордсмена мира, олимпийского чемпиона Брайна Гуделла.

Что и говорить, такой неожиданный поворот мог хоть кого выбить из колеи, и у меня появилась даже крамольная мысль, что я не смогу сделать того, к чему шел долгих четыре года...

Но вот завершился первый финальный заплыв, и на высшую ступень пьедестала поднялся советский пловец Сергей Фесенко. До этого только Галине Прозуменщиковой в Токио-64 и Марине Кошевой в Монреале-76 удавалось блеснуть на Олимпиадах, и вот наконец-то представитель мужской команды добился успеха. А чего удастся добиться мне без Гуделла?

...Я чувствовал подъем, свою причастность к успеху товарища, но близился час моего олимпийского старта. Уже на следующее утро предстоял предварительный заплыв на 1500 метров. Он должен был многое прояснить. График предполагал, что каждые 100 метров я буду плыть не хуже одной минуты и одной секунды. Если это удастся, то в финале мне надо будет плыть каждые сто метров за одну минуту. О другом результате мы с моим тренером Игорем Михайловичем Кошкиным и не помышляли. Если бы рядом поплыл Гуделл, опытный и сильный пловец, то в соперничестве с ним для выигрыша просто необходимо было бы установить новый мировой рекорд, но раз нет Гуделла, то победа без мирового рекорда не прозвучит. А побить в заочном споре его достижение (15.02,40) вряд ли возможно.

Утро 21 июля выдалось спокойным. Как всегда, совершив небольшую прогулку и позавтракав, мы с Игорем Михайловичем отправились в бассейн.

Спорткомплекс на проспекте Мира поражал своим грандиозным размахом. Трибуны бассейна, заполненные до отказа, уходили куда-то под небеса. Мягкий свет, необычайная голубизна воды в какой-то мере снимали предстартовое напряжение. Стараясь не обращать внимания на соперников, я немного размялся и ушел в зал ждать вызова...

Мысленно преодолеваю каждый метр дистанции, каждый поворот... Чувствую, готов плыть в заданном ритме. Закрываю глаза и еще раз представляю последние метры дистанции... Главное не поддаваться искушению, финал завтра, а сегодня график, только график и никакой импровизации.

С первых метров дистанции все шло четко по плану. Цифры на огромном электронном табло напоминали: «не торопись», но после первой половины дистанции все же образовался небольшой запас. Можно было, конечно, и снизить скорость, войти в начерченную схему, но это нарушило бы уже установленный четкий ритм. Ничто так не изматывает пловца-стайера, как «рванный график». Я продолжал плыть, при этом все же мысленно разорвав дистанцию на несколько отрезков, будто на тренировке: 3×400 плюс 300 метров с ускорением — и требовал от себя: «Работай, работай...»

15.08.25 — загорелись цифры на табло, когда я, сдернув защитные очки, бросил на него взгляд. Это значило, что каждые 100 метров я проплывал в среднем за 1.00,50 вместо 1.01,00. Но главное было впереди: меня ждал нелегкий психологический настрой к предстоящему финалу. Почему нелегкий? Да просто потому, что мне почему-то казалось, что для окончательной победы наверняка хватит и этих утренних секунд.

И тут-то очень помог мне Геннадий Дмитриевич Горбунов, психолог, большую часть своей жизни связавший со спортом, в прошлом хороший пловец. Его сеансы психотерапии не раз выводили меня из состояния замкнутости, снимали напряжение от усталости, но главное его искусство заключалось в том, что он умел настраивать на нелегкий старт. Ничто так не страшило меня перед финалом на Олимпиаде, как мысль о том, что мне надо преодолеть рубеж 15 минут. И вот Геннадий Дмитриевич сумел после нескольких предстартовых «сеансов» укрепить в моем сознании мысль, что для меня вполне реально проплыть быстрее чем за 15 минут, а тут еще перед самым стартом ко мне подошел Игорь Михайлович, раскрыл свою тетрадь, и я впервые увидел цифру «14», а рядом — «57». Это был график заплыва, рассчитанный на результат 14.57,00.

Не скрою, холодок волнения пробежал по телу, и тут же меня бросило в жар. Вызывают на старт. Строимся в маленькой комнате. Судья перечисляет фамилии и номера дорожек. Все мы хорошо знаем друг друга. Вот двадцатилетний австралиец Макс Метцкер, бразилец Джан Мадруга в финал не попал, но ходит недалеко, покусывая конец полотенца, в Монреале он был впереди меня, венгр Золтан Влард — мой ровесник, югослав Борут Петрич — самый грозный соперник, он вице-чемпион мира 1978 года, рядом чемпион ГДР Райнер Штробах, опытный боец, испанец Рафаэль Эскалас, проходивший стажировку в США. И, наконец, мои товарищи — 18-летний Саша Чаев и 17-летний Эдик Петров. С Сашей мы второй год спарринг-

партнеры, остальных знаю по заплывам как на 1500, так и на 400 метров. В памяти на каждого имею «досье», но мне сейчас не до них. Главное сейчас — спокойствие, главное сейчас — ощущение тепла.

Под звуки марша гуськом идем вдоль левой трибуны. Слышу нарастающий шум, возгласы зрителей, треск кинокамер... Вспыхивают блицы... Бросаю взгляд на места, где наша команда. Вижу развевающееся знамя сборной, вижу транспаранты, успеваю прочесть: «Сальников, даешь рекорд!..» Жду команды «на старт». Наконец появляется знакомая фигура Вадима Григорьевича Пеккера, международного арбитра. Свисток, и после небольшой паузы в наступившей тишине выстрел. Прыжок. Тело погружается в прохладную воду «Олимпийского», но тепло не уходит, оно помогает мне «почувствовать воду», уловить зарождение скорости. Первые 100 метров — 58,53 — это за счет стартового прыжка, вторые — 1.00,74, — можно сказать настройка, третья «сотня» — 1.00,41. Чувствую, необходима доводка. После 400 метров на табло — 3.59,95. Успеваю увидеть только цифру «3». Это успокаивает, но вот после 500 вижу не «4», а «5», и сразу прибавляю — 1.00,06, и затем держу: 1.00,15 — 1.00,04 — 1.00,21 — 1.00,16 — 1.00,30... Одиннадцатая сотня оказалась самой коварной. Неожиданно руки, а затем и ноги потяжелели, словно налились свинцом. Необходимо подавить это предчувствие утомления. Нет, никогда ранее не удавалось мне с такой легкостью проскочить опасную зону. Видимо, это настолько воодушевило меня, что уже двенадцатую сотню я проплыл на 0,5 секунды быстрее предыдущей, затем удержал набранную скорость — 5987 и начал затяжной финиш — 59,41... Сделан предпоследний поворот, и я нашел в себе силы бросить взгляд на табло. Цифра «14» ошарашила. Перед глазами поплыло все как в тумане, но, видимо, зрение сработало, запечатлев в сознании стоящие рядом нули — 14.00,22. Оставалось выложить ничтожный остаток сил.

Какое счастье, что я не видел всего, что происходило на других дорожках, а только слышал сплошной гул трибун, этот необходимый предвестник победы. Ведь так легко растерять накопленное. И вот мне удалось не только удержать скорость, но и здорово прибавить на финише. Итог — 14.58,27. Это рекорд мира!

Что было потом? Об этом мне рассказали родители, которые сидели у телевизора, сам же я как во сне видел лишь ликующие трибуны. И все.

Из «Олимпийского» мы уезжали последним автобусом, так затянулась пресс-конференция. Ужасно хотелось спать, но, даже закрыв глаза, я не мог остановить бег мыслей, как ни странно, заносящих меня не в завтрашний, а во вчерашний день...

Сколько себя помню, разговоры о труде в нашей семье подкреплялись конкретными делами. На лето меня отправляли в деревню

к бабушке. В тот памятный год мне исполнилось 6 лет, и считалось, что я уже могу помогать по хозяйству: на огороде и в доме. Я таскал воду и дрова, копался в грядках, вставал по деревенски с рассветом и ложился рано, как только темнело. И все же в насыщенном до предела дне находились минуты, а то и часы, когда мы с местными ребятами, моими сверстниками, убегали на речку. Огольцы, как их величала бабушка, плавать умели, я же только мечтал проплыть хотя бы несколько метров вдоль берега.

Возвращался в Ленинград с одной только мечтой — попасть на занятия в настоящий бассейн. Маму уговаривать не пришлось, но вот выстоять длинную очередь за абонементом в бассейн СКА, что на Лесном проспекте, оказалось непросто. Все же мне повезло: кто-то уступил свое место в очереди. Но когда я увидел огромный бассейн, глубокий, да еще со множеством вышек и трамплинов, то испугался. На реке не дрейфил, а тут просто беда, ноги сами повернули к дому. Но меня остановили и успокоили: есть «лягушатник». Привели, показали: небольшая ванна, воды по пояс. Ну, думаю, как на речке, у берега: сначала шагом по дну, а затем часто-часто руками, и поплыву. Хотелось, чтобы было так, но все получилось по-другому. На первом же уроке разучивали вдох-выдох в воду, на следующем — «поплавок», пробовали семенить ногами, как при кроле. Все упражнения проделывали, держась за бортик. Но через две недели, то ли сквозняк был в раздевалке, то ли просто простыл, я заболел. Группа ушла вперед, а я перестал заниматься. На память осталась пропуск-абонемент. Храню его среди медалей и грамот, все-таки с него все началось.

Сегодня могу лишь пожалеть малышей, которые так и не проходят по различным причинам курс обучения плаванию или просто не могут попасть в бассейн.

Проблема массового обучения плаванию волнует многих, не только у нас в стране, но и на всей планете. Лет десять назад, по данным ЮНЕСКО, за год на земном шаре из-за неумения плавать погибло более четверти миллиона человек.

Человек устроен так, что в нем заложен панический страх перед водой. Напугай ребенка, и он на всю жизнь сохранит эту жуткую боязнь, всели в него уверенность, что вода — друг, и уже не оторвать ребенка от воды.

Так случилось и со мной. В школе как-то появился молодой, подтянутый, спортивного вида человек. Войдя в класс, он спросил: «Кто хочет научиться плавать?» Я подумал — значит, у нас будут занятия по плаванию, вот это здорово! И поднял руку. Руки подняли многие, а тренер добавил: «Вот и хорошо, завтра явиться в бассейн «Экран» с родителями, с мылом и мочалкой».

Этот день невозможно забыть, ведь он был первым перед долгим заплывом. Как же все оказалось просто! Глеб Георгиевич Петров —

это он приходил в школу — предложил нам, ученикам 2-го класса, прыгнуть в воду. И прямо в воде показывал нам движения, а мы их повторяли, кто лучше, кто хуже, а по окончании урока мне и еще одному мальчишке Глеб Георгиевич позволил добраться до дальней лесенки и с первого урока дал понять, что доверяет нам и поощряет нашу пусть маленькую, но смелость... Когда я начну работать с детьми, то всегда буду вспоминать уроки Петрова.

Каково же было мое огорчение, когда осенью произошло то, чего было нельзя при всем желании избежать: я снова простудился. Дома, в постели, не мог успокоиться. Перед сном отчетливо представил себе, что плыву, и от радости голова идет кругом. Кому-то снятся дальние страны, морские просторы, экзотические животные, а передо мной, стоило закрыть глаза, возникала голубая гладь бассейна.

Как только я выздоровел, тут же примчался на тренировку. В группе почти все уже проплывали без остановки 25 метров, и тренер меня успокоил: «Не волнуйся, и ты сможешь...»

Первые мои движения в воде, казалось, не дали никакого эффекта: меня словно приковали к боковой стенке бассейна. Я уже совсем отчаялся, когда вдруг перед глазами поплыли квадратики кафеля, и я с трудом удержался, чтобы не закричать: «Плыву!» Но, достигнув противоположного конца бассейна, с трудом перевел дыхание и не смог вымолвить ни слова. Вот в этот момент я и понял, что научился плавать. Было мне тогда 8 лет.

Здесь хочу сделать небольшое отступление. Меня часто спрашивают: «Не поздно ли я научился плавать?» Думаю, не поздно. Для спортивной школы самый подходящий возраст — 7—8 лет. Что же касается оздоровительного плавания, то чем раньше начинать, тем лучше.

В группе Петрова все шло своим чередом. Большинство занятий носило игровой характер. Наш тренер проявлял незаурядные способности по части выдумки различных мини-соревнований, турниров и конкурсов. Кроме того, в бассейне «Экран» на боковых бортиках были вмонтированы настоящие баскетбольные щиты с корзинами, и даже взрослые в минуты отдыха с неизменным азартом и удовольствием играли в придуманный кем-то «водобол» — нечто среднее между водным поло и баскетболом.

Летом нас вывозили в лагерь, но, где бы мы ни были, тренер никогда не ограничивал нашу самостоятельность. Однако дисциплина, бодрый настрой, дружеские отношения — все это воспитывалось в нас постоянно. В спорте мелочей нет, любил повторять Глеб Георгиевич. Он всегда хмурился, а иной раз и ругал виновника, если видел, что его энергия отвлечена на посторонние дела.

Для пловца дисциплина главное. Только при ее соблюдении можно выработать черты характера, необходимые для долгих и трудных тренировок. Не случайно те из нас, кто прошел «школу Петрова»,

научились в минуты самых напряженных испытаний держать себя в руках. И пусть сравнение покажется не из лучших, но научились плыть к финишу с шорами на глазах — видеть только финиш, как рысаки на бегах.

Не раз «шоры» помогали мне в трудные минуты. Ведь рассеянный взгляд на соседние дорожки отвлекает, делает движения скованными, выбивает из привычного ритма, а умение собрать по крохам последние силы облегчает победу.

Занятия в группе Петрова начинались в 6.30 (это когда уроки в школе во вторую смену). Прозвенел будильник, и сквозь сон слышу слова мамы: «Володя, вставай... Володя, вставай...» Где-то после пятого напоминания — длинная тирада: «Если не хочешь завтракать, то я уйду». Ноги свисают с кровати, и я, полупроснувшись, начинаю свой утренний моцион. Включенный радиоприемник пока молчит. С первыми звуками гимна выхожу на улицу. Темно. Лишь в редких окнах горит свет. Оборачиваюсь и вижу цепочку своих следов.

Прийти в бассейн первым считалось почти победой. Позже, когда мы учились только в утреннюю смену, это стало у нас и своеобразным соревнованием. Как-то я решил отличиться. Пришел за 40 минут до начала занятий. Вхожу в вестибюль, а там уже сидит один из наших и читает. Ну, думаю, надо прийти еще раньше. На следующий день захватил интересную книгу и айда в бассейн. Пришел часа за полтора. Забрался под лестницу, благо там лампочка, открыл нужную страницу и жду... Проходит несколько минут. И вот шумно вбегают два пловца. Переглянулись. Первые? А из-под лестницы не спеша выхожу я и с гордым видом: «Что это вы так поздно?» Так мы учились не проигрывать друг другу даже в игре.

Нам было по 10 лет, но требовательность тренера делала нас взрослыми. Глеб Георгиевич был с нами на равных во всех вопросах. Мы для него были его детьми. Но в одном он не допускал никаких скидок на возраст — в дисциплине. Пропустить занятия без уважительной причины считалось настоящим позором.

...Мороз градусов под 40. По радио уже объявили: «Занятий в школе не будет». Родители и слышать не хотят о бассейне. Сначала мои уговоры не приносят результатов, но вскоре настойчивость берет свое. Иду в бассейн. Около регистратуры нас целая толпа. Все возбуждены. Обсуждают, как удалось пробежать по холодку до бассейна. Появляется Петров. Мы ждем одобрительной реакции, но ее нет. Вместо этого прозаический вопрос: «Что случилось, почему шум?» И как ни в чем не бывало: «Я занятия не отменял». В тот момент мы еще не знали, что наш тренер был просто растерян, увидев столь явные плоды своего воспитания.

Вскоре родители стали свидетелями моего дебюта. К сожалению, я не запомнил подробности того дня, но, как и любой другой спортсмен, не забуду свой первый результат: 50 метров вольным стилем —

46,1 секунды. Дома перед ужином родители прикрепили на стене в детской комнате полученную мною первую почетную грамоту...

II

Итак, преодолев 50 метров вольным стилем за 46,1 секунды, я получил свою первую спортивную грамоту. Она-то и послужила для меня пропуском в мир большого плавания, в мир, оказавшийся необычайно интересным и разнообразным.

На детских турнирах, где разыгрываются призы «Веселого дельфина», их проводит газета «Советский спорт», или призы газеты «Пионерская правда», все без исключения юные пловцы должны продемонстрировать умение плыть всеми способами. Сначала я выступал на дистанции 100 метров комплексного плавания (есть такая для детей), позднее — 200, а для более старших — 400 метров. Комплекс — один из самых сложных и трудных видов плавания. Первый отрезок надо проплыть баттерфляем или его разновидностью — дельфином, — это когда ноги работают слитно, словно дельфиний хвост, затем следует плавание на спине, брассом и, наконец, вольным стилем — кролем, самым скоростным способом.

Безусловно, все способы плавания требуют определенных способностей. Как правило, на выбор «своего» способа накладывают отпечаток различные обстоятельства. Вот и у меня сначала лучше всего получалось «на спинке». Помните, первые уроки я проходил на реке. Вода мутная. Окунать лицо, а тем более открывать глаза под водой боязно. Вот почему подсудно осталось желание плавать больше на спине, чем на груди. Даже сейчас, когда купаюсь в прозрачной воде бассейна, с удовольствием переворачиваюсь на спину. Брасс у меня никогда «не шел». Мешало, как говорят тренеры, отсутствие природной выворотности. Заметьте, как ходят мастера брасса — словно все из балетной школы — «пятки вместе, носки врозь». О дельфине говорить не приходилось: не плыл, а мучился. Ни тебе необходимой гибкости и подвижности, ни тебе силы богатырской. Оставался вольный стиль — кроль, но при этом не спринт, не короткие отрезки, где основные показатели — резкость и взрывная сила, а дистанции длинные. Так я стал стайером.

Теперь это напоминает естественный отбор, а тогда мне пришлось испробовать все, как того требовала единая система для детских школ, — познай все способы в плавании, а уж затем делай выбор. Я немало потрудился, осваивая брасс и баттерфляй, спину и кроль, но, когда наступило время, выбирать не пришлось. Все, чем я располагал в воде, зиждилось на моем желании плавать, на желании трудиться, а не на каких-то особых физических данных. За все годы мне никто не сказал, что из меня вышел бы отличный спринтер, но я часто слышал от специалистов, что если уж мне суждено стать пловцом, то только

стайером. Вот почему еще задолго до первых успехов меня ожидали многочасовые тренировки. И не скрою, мне приходилось проплывать больше, чем остальным. Километраж рос от сезона к сезону. И если в 13 лет я проплывал за год до 1000 километров, то сейчас выполнить такой объем мне под силу всего за 2,5—3 месяца.

Раз в месяц в школе собирали родителей. Беседа шла час-полтора. В большинстве случаев на собрание приходила мама, хотя с рождением сестренки Светы у нее домашних забот прибавилось. Так уж получилось, что большая часть домашних забот лежала на маминых плечах. Но все же как бы ни было ей трудно, а мама, работавшая инженером на одном из ленинградских заводов, уделяла мне немало внимания. А в особо трудные моменты подключалась бабушка, папина мама. Она жила рядом, и к ней можно было заглянуть «на огонек», а то и остаться ночевать. Но правом «ночевки» пользовалась в основном маленькая Светка.

Бабушка часто рассказывала об отце, о том, каким он был в моем возрасте самостоятельным, настоящим помощником. «Как там наш Валерик, небось, в океане?» — вздыхала она. Отец, капитан торгового флота, редко бывал дома. С годами наши пути все реже пересекались в Ленинграде: то отец в плавании, то я в отъезде. Именно отцу я обязан умением вести, словно на корабле, размеренный образ жизни, по строгому расписанию, много читать, познавать мир, который нас окружает, не ограничивая свои интересы только избранной профессией.

Как говорит мама, у нас в характере много общего. Например, настойчивость. Одновременно поставили себе цель — овладеть английским языком. Отец уже в зрелом возрасте добился поразительных результатов. Проявил характер и я, но мне удалось это сделать гораздо легче. Я всегда стараюсь использовать свои знания. Отец же скромничает и лишь изредка в разговоре с иностранными коллегами переходит на английский.

Бывало так, что мы не виделись по несколько месяцев, но это не означало, что контакты прерывались. Выручали письма, были телефонные разговоры, но, главное, была та незримая духовная связь, когда свои решения и поступки я сверял с тем, как бы сделал отец. Я плывал по водным дорожкам, он — по морям, океанам. В своих заплывах я мог «раскиснуть», выполнить что-то не так, но затем исправить оплошность, отец никогда не имел права на ошибки, любой промах мог обернуться бедой для судна, для экипажа.

Из общеобразовательной школы многих из нас перевели в школу спортивного профиля. Жить, учиться и плавать под одной крышей значительно проще, чем тратить время на различные переезды. В нашем классе оказалось 36 пловцов, поровну мальчиков и девочек. Но как ни старались учителя объединить нас в один по-настоящему дружный коллектив, это не удавалось. Сейчас это нетрудно объяснить.

Девочки казались взрослее, самостоятельнее, а главное, что их ставило выше нас, так это спортивные результаты. 12—13-летние девочки плыли на уровне мастеров спорта, в то время как мальчишки только-только начинали входить во вкус плавания.

Тренер исподволь наблюдал за нами, отлично чувствовал общее настроение и умело направлял нашу неиссякаемую энергию в нужную сторону. Незаметно за очень короткий срок мы приблизились по результатам к своим «обидчицам», но Глеб Георгиевич словно не замечал наших успехов, больше внимания уделял ученицам. Среди них выделялась Марина Малютина, претендовавшая на роль лидера в главной команде страны. Она была готова побеждать на чемпионате СССР и действительно завоевала серебро и бронзу в комплексном плавании, а еще через год на VI Спартакиаде народов СССР выиграла дистанцию 400 метров вольным стилем с рекордом страны и вновь проявила большие способности в комплексном плавании.

Вот и получилось, что к концу 1973 года явно обозначились тенденции на разделение не только в нашей группе, но и по всему «Экрану». Девочки тренировались в основном у Петрова, а мальчики у Кошкина. Причем достижения старших ребят, воспитанников Кошкина, также были на уровне всесоюзных рекордов. Миша Горелик победил на юношеском первенстве Европы, а Саша Грибанов завоевал серебряную награду. Кроме того, Горелика как самого перспективного взяли на взрослый чемпионат мира. Этот «аванс на будущее» он потом добросовестно вернул, успешно выступая на всех уровнях, став настоящим мастером международного класса.

Тогда-то и состоялся наш разговор с Глебом Георгиевичем. Комплексное плавание у меня не шло, результаты в плавании на спине установились, средние и длинные дистанции — так себе, да и в компании девочек плавать было все труднее и труднее. Практически я не мог вписаться в общий ритм тренировок и явно недорабатывал, хотя сил было предостаточно.

Тренер внимательно меня выслушал, а затем, видимо, предоставил возможность для выбора: если захочешь, оставайся в нашей группе, но будет еще сложнее планировать, а тем более переносить большие нагрузки. Сам понимаешь, сейчас весь акцент в работе на Малютину. Есть, правда, один вариант, причем еще более сложный, но весьма перспективный — тренироваться в бригаде Игоря Михайловича Кошкина, он кажется, не против.

Так, казалось бы, извечная проблема — разделение «на девчонок и мальчишек» — косвенно повлияла на мою дальнейшую судьбу. И вот у меня после первого наставника теперь уже более десяти лет постоянный тренер.

В программе зимнего чемпионата СССР по плаванию 1982 года я прочел маленькую заметку: «Спасибо, тренер!» Хочу привести из нее несколько строк: «Спортсмен, тем более чемпион, всегда на виду.

Но за наградами, интервью и фотографиями наших любимцев мы подчас забываем, что немалая доля в их успехе принадлежит человеку по профессии — Тренер. Он остается как бы в тени, за кадром нашего внимания...» И далее: «...каждый год Спорткомитет и Всесоюзная федерация плавания проводят конкурс тренеров и называют 25 лучших наставников. Вот уже который раз возглавляет этот почетный список Игорь Михайлович Кошкин».

Я не единственный ученик Кошкина, получивший право выступать в составе сборной страны. В разные годы форму с Гербом СССР надевали Михаил Горелик, Сергей Русин, Женя Середин, Виктор Кузнецов, Саша Чаев, Владимир Шеметов...

Игорь Михайлович — своеобразный человек. Для многих он загадка. Когда-то, еще в школьные годы, Игорь Михайлович увлекался гимнастикой, показывал результаты, но серьезная травма помешала остаться на помосте. Решил искать счастья «на стороне». Врачи посоветовали — вода. Плавал он хорошо, и регулярные тренировки вскоре позволили ему вновь ощутить себя в спортивном строю.

Несколько лет Кошкин проработал радиомехаником в ленинградском НИИ телевидения, но полученная специальность в армии не пригодилась, а вот умение плавать нашло свое применение. Два года Кошкин сочетал службу в армии с тренерской работой, а когда демобилизовался и вернулся в Ленинград, то решил проверить свои тренерские способности и во ВНИИ. Но основные заботы Кошкина в те годы были связаны с учебой в радиотехникуме, и все же, даже получив диплом техника, он от профессии тренера не отказался.

При участии Игоря Михайловича в 1959 году в спортклубе была открыта ДЮСШ по плаванию, и в поле зрения молодого специалиста оказались в первую очередь дети сотрудников института. Однако плавать юным спортсменам приходилось на «чужой воде», и Игорь Михайлович уговорил руководство института построить собственный бассейн.

Уверен, что никто в то время серьезно не поверил бы, что через 5—6 лет после пуска бассейна о школе «Экран» узнает вся страна, а затем и весь мир. А тогда Кошкину предстояло провести на стройплощадке не один тяжелый день и не одну бессонную ночь потратить на бесконечные варианты внутреннего оформления бассейна.

Когда маленький, всего пять дорожек, уютный и по-лабораторному чистый бассейн распахнул свои двери, Игорь Михайлович призвал его тренеров главное внимание уделить детям. Прошло несколько лет, и в школе образовалась своеобразная пирамида; сотни детей в учебных группах, десятки в тренировочных и единицы в группах спортивного мастерства. Такой подход к делу позволил тренерам школы уже в 1973 году добиться первых результатов международного

класса. Лучшие из воспитанников приняли участие в чемпионате Европы среди юниоров. Все, что было посеяно осенью 1967 года, дало первые всходы — победа и медали европейского смотра юных пловцов. А так как в «Экране» всегда строго придерживаются возрастного отбора, то каждый год дает свой урожай. И не было сезона, чтобы кто-то из воспитанников школы, перешагнув ступеньку, отделяющую детей от юношей, не показал заслуживающий внимания результат.

Вот и в последних Всесоюзных юношеских соревнованиях отличились сразу несколько воспитанников Сергея Русина, отвечающего в «Экране» за подготовку группы мастерства и кандидатов 1970 года рождения. Игорь Михайлович никогда не ждет результатов там, где не было приложено полновесных усилий.

В 1979 году, считая, что на базе «Экрана» при всем желании невозможно вести предолимпийскую подготовку, Кошкин дал согласие на переезд своей олимпийской группы в Харьков, в бассейн «Спартак». Отличные условия — глубокая 50-метровая ванна, малая — 25 метров — разминочная, гимнастический и игровой залы, восстановительный центр, пансионат, а главное, замечательный коллектив работников бассейна и плавательного центра «Эхо» — позволили Кошкину полностью реализовать задуманные планы. Мы провели в общей сложности на харьковской воде около года, приезжая и уезжая на различные соревнования и сборы, и сейчас можно сказать: в наших успехах феномен харьковского «Эхо» сыграл немалую роль, и мы всегда будем об этом помнить. Ну, а тогда мы просто знали, что «Эхо» — это харьковское отделение «Экрана».

Но в гостях хорошо, а дома лучше. И перефразировав эту поговорку, можно сказать, что чужой бассейн хорош, а свой лучше. Не случайно в самые трудные дни нашей совместной работы мы выбираем для тренировок все же наш бассейн. Вот и после завершения Московской Олимпиады новую гонку за рекордом мы начали дома. Дневали и ночевали в «Экране». Напряженно тренироваться среди знакомых и доброжелательных людей, обеспечивающих тебе самые благоприятные условия, — великое счастье.

У Игоря Михайловича по-прежнему много забот. Школа с каждым днем растет. Число мастеров спорта, подготовленных в «Экране», перевалило за 70. Фотографии учеников занимают все стены в фойе бассейна. Есть уже и такие, которые добились своих первых тренерских успехов. Полны желания воспитывать чемпионов Сергей Русин и Миша Горелик, ведет поиск талантов Толя Смирнов.

Если собрать всех питомцев «Экрана» под одну крышу, будет тесно. «В тесноте, да не в обиде», — скажут мне. Так-то оно так, обид, как правило, в «Экране» не бывает. И все же у Игоря Михайловича проблема одна — как выйти на «большую воду», как построить

в «Экране» открытый 50-метровый бассейн,— в Ленинграде пока такого нет. Но ведь когда-то не было и «Экрана», и доказывать необходимость его существования пришлось не один год. Быть может, многолетние разговоры о большом открытом, а может быть, и крытом бассейне наконец-то будут реализованы.

Общение с Игорем Михайловичем — всегда учеба. Он не поучает, а именно учит, причем метод у него неоригинален. Он просто рассказывает о чем-либо спокойно, ненавязчиво, красочно описывает собеседнику, которого всегда считает не глупее себя, интересную и уместную, с его точки зрения, историю. Расскажет так, чтобы не делать выводов, явно рассчитывая на понимание.

...Не знаю, как сложится моя судьба. Пойду ли я в науку или стану на бортик бассейна с секундомером, но пример Кошкина всегда будет перед моими глазами.

Кстати, вопрос о моей аспирантуре решался не без участия Игоря Михайловича. Он раскрыл передо мной секреты стайерского плавания, научил копить, собирая по крупицам, опыт для научного анализа. Я знаю, как плыть к рекорду, но пока не ведаю, как дать научные рекомендации другим,— это вопрос, который мне еще предстоит решить. Как плавал я, через пяток лет будут плавать десятки пловцов во многих странах мира. Меня же волнует, как опередить время, как идти чуть-чуть, но впереди всех, в том числе и в науке о плавании. Сегодня тренеры, готовя юных мастеров к рекордам, думают о том, как их воспитанники в будущем подберутся на дистанции 1500 метров к рубежу 14 минут. Но сделать это без помощи науки невозможно.

Наш союз с Игорем Михайловичем образовался не сразу. Думаю, первые признаки сработанности проявились в канун Олимпиады-80, а вот окончательно оформилась наша дружба зимой 1982 года после новых мировых рекордов в «Олимпийском». Меня, конечно, интересовало, «что и как», я был в курсе планов, хорошо понимал задачи тренировок и назначение отдельных упражнений, но своей твердой точки зрения не имел, а тем более не смел высказывать своего мнения — не хватало уверенности. Даже в критические минуты многочасовых напряжений, связанных с преодолением незнакомых мне нагрузок, я не мог четко определить свои возможности. В одном случае Кошкин меня сдерживал, в другом — предлагал «потерпеть».

В творческом союзе и победы и поражения поровну. У спортсмена и тренера — единая цель. И если нарушается совпадение интересов, то работа разлагивается. У нас никогда не возникла подобная ситуация. Игорь Михайлович невозмутимо, как само собой разумеющееся, воспринимал мои успехи. Он хорошо представлял себе, на что я способен, в чем мои слабости, каковы мои резервы, на что надо в первую очередь обратить внимание. Но однажды я вдруг уловил в отношениях с моим тренером какую-то аритмию.

Причиной проскользнувшего охлаждения могли стать несколько неудачных стартов. После моего поражения в финале чемпионата Европы-81 на 400 метров Игорь Михайлович целый день ходил сам не свой. Переживал, нервничал. Мы тогда особых разговоров не вели, но я почувствовал необычайную ответственность перед ним. Кошкин как тренер сработал отлично, я же как спортсмен не оправдал его усилий... Нетрудно представить, как я готовился к своей коронной дистанции. В финале на 1500 метров борьба была не менее жесткой, но все, что могли противопоставить мне соперники на 400 метров, на этой дистанции не принесло им успеха. После отметки 800 метров, когда основные претенденты еще были рядом, мне удалось собраться и уйти в отрыв... И вот тогда-то Игорь Михайлович не преминул заметить, что по-новому увидел во мне не только исполнителя, но и единомышленника, причем умеющего смотреть далеко вперед.

По возвращении в Ленинград с чемпионата Европы наше взаимопонимание окрепло, и хотя для объяснений времени, как всегда, не хватало, работа на тренировках приняла более углубленный и четкий характер. В наших действиях появилась такая необычайная слаженность, что уже зимой 1982 года мне удалось дважды финишировать с мировыми рекордами на дистанциях 400 и 1500 метров в хорошо знакомом «Олимпийском» на матче сборных СССР и ГДР. Незадолго до этого на той же воде мне покорился рекорд мира и на 800 метров.

К рекордным результатам мы пришли вместе — в который раз сработал принцип творческого союза, это и определило характер нашего диалога в «Олимпийском», который состоялся сразу же после заплывов.

— Твои рекорды,— сказал Кошкин,— настолько высоки, что заставляют меня, как тренера, задуматься над нашими реальными возможностями и перспективой твоего дальнейшего спортивного пути. Впереди лето. Чемпионат мира в Эквадоре, пожалуй, неожиданностей он нам не принесет, а вот как быть дальше? Сможешь ли ты улучшить результаты, найдешь ли силы для нового «витка»? Если есть сомнение,— продолжал Игорь Михайлович,— то надо заканчивать, уходить из спорта,— и добавил: — До Олимпиады далеко. Решай. Первое слово тебе.

Возбужденный удачей, новыми рекордами, я не сразу включился в разговор, больше слушал, и чем подробнее останавливался тренер на предстоящих задачах, тем труднее мне было ответить на высказанные им сомнения.

Но с этого момента мы оба ощутили, как с новой силой закрутились «педали» нашего тандема.

Программа, режим, дисциплина — вот слагаемые любого спортивного начинания. Как и прежде, каждый был занят своим делом: я в воде, Игорь Михайлович на бортике бассейна. И вот минул еще год.

В феврале были контрольные соревнования. На зимнем чемпионате СССР 1984 года и вновь на быстрой воде «Олимпийского» мне предстояло попасть в створ ориентировочных результатов: на 1500 метров — 15 минут и на 400 метров — 3.49,00. Задание я выполнил. Правда, некоторая неудовлетворенность осталась. В финале на 400 метров всего несколько сотых (0,06) не дотянул до мирового рекорда (3.48,38).

На разборе Игорь Михайлович выговаривал: «Первые 100 метров ты проплыл слабее на полсекунды. Технического брака на поворотах не заметил». Мне осталось признаться, что метров за двадцать пять до финиша я поймал себя на мысли: «Не о том думаю». О чем? Не помню, но явно не о заплыве. Это отвлечение, по моим подсчетам, обошлось мне в шесть сотых секунды. Когда я ему признался в этом, Кошкин молча открыл тетрадь и показал страницу, на которой в нижнем углу стояло — 3.47... и написано — ИДЕАЛ, к которому нужно стремиться. А закрыв тетрадь, сказал: «Такой результат требует, чтобы о сотых не забывали».

Несколько лет назад Игорь Михайлович назвал в разговоре с журналистами наши взаимоотношения «творческим тандемом». Но, видимо, годы берут свое. Наш тандем перерос в нечто большее, чем совместные усилия или просто содружество. Бывают моменты, когда кажется, что тренер готов сам ринуться ко мне в воду, дабы помочь в самый трудный миг преодоления...

Но оказаться на глазах у всех с учеником в воде Кошкин может лишь при условии, если установлен рекорд мира. Первая наша «купель», однако, не состоялась по вине самого Игоря Михайловича. В Минске на «Комсомолке-79» я неожиданно для многих и в какой-то мере для себя (не успел отдохнуть, прилетели в полном смысле прямо на старт) установил свой первый мировой рекорд: на 800 метров — 7.56,49, но он праздника из этого не сделал.

«Мы настроились проплыть эту неолимпийскую дистанцию за восемь минут, и Володя без особого напряжения выполнил намеренное, — помню, пояснял после заплыва Игорь Михайлович своим коллегам. — Мы как бы примеривались к неизвестной скорости. Рекорд — большая радость, но все-таки «купель» отложим до следующего раза, до олимпийского рекорда».

Тренеры расступились, и Кошкин избежал совместного купания. Правда, всего на неделю, так как предстоял традиционный матч сборных СССР и ГДР. После заплыва на 400 метров Игоря Михайловича, несмотря на его энергичное сопротивление, ссылки на новые часы и единственный костюм, бросили как есть в одежде ко мне в воду.

Запомнилась мне «купель» и в Москве, в «Олимпийском».

Запомнилась не только радостной стороной, но и курьезом...

...Об усталости после заплыва на 1500 метров, тем более рекордного, говорить не приходится. И когда после финиша

Игорь Михайлович подплыл ко мне, обнял и, не предполагая, что я полностью выдохся, перенес часть своего веса на мое плечо, я впервые в жизни почувствовал: «тону». Только неосознанным, чисто рефлекторным движением мне удалось оторваться от него, а Игорь Михайлович так и не заметил моего секундного замешательства.

III

Спарринг-партнерство применяется не только на ринге, но и в воде. Настоящий спарринг основан на равноценном соперничестве: один пловец тянет другого. Перейдя в группу Кошкина, я оказался в сугубо мужской компании, причем ребята были на год, а то и на два старше меня. На соревнованиях я им значительно проигрывал, но на тренировках, когда они не плыли в полную силу, чувствовал себя на равных и спрашивал себя: «А чем я хуже?» Это был важный психологический фактор, с помощью которого мне удавалось привыкнуть к большим физическим нагрузкам.

Часто говорят о моем многолетнем спарринге с Сергеем Русиним, но сперва это была скорее гонка за лидером. Два года я гонялся до изнеможения за пловцом, который был сильнее меня, и мне никак не удавалось обогнать его хотя бы на одном из отрезков. Так что Русин стал для меня своеобразной «световой дорожкой». Мечта о том, чтобы хотя бы сравняться с ним, не говоря уже о том, чтобы обыграть, обойти, не покидала меня ни на минуту. Лишь летом 1976 года, когда мне удалось наконец-то прорваться на Олимпиаду, а Сергей, хотя и не попал в команду, в том сезоне победил на Кубке Европы, наши отношения как равноценных спарринг-партнеров были узаконены. Причем в соревнованиях мне отводилась роль стайера, в то время как его специализация ограничивалась дистанциями 400 и 200 метров.

Полтора сезона наши тренировки практически всегда носили соревновательный характер: никто не хотел уступать ни на коротких, ни на длинных дистанциях, и это шло на пользу как Русину, так и мне. Чемпионат Европы 1977 года принес нам обоим максимальное удовлетворение: Сергей стал чемпионом на 400 метров, а я — на 1500.

Сейчас трудно определить, кто лидировал чаще с меньшей затратой нервной энергии, но совершенно ясно, что в какой-то мере постоянное напряжение стало причиной неожиданной развязки в наших спортивных отношениях на чемпионате мира 1978 года. Не берусь давать оценку готовности Сергея к тем соревнованиям, сошлюсь на мнение нашего тренера:

— Сергей по многим показателям подготовлен к дистанции четырехста метров лучше тебя. Ты будешь вторым — «страхующим номером», — сказал мне Игорь Михайлович.

И я, целиком доверяя оценке тренера, и не помышляя в Западном Берлине о том, чтобы плыть быстрее Сергея. После предварительного

заплыва, в котором мне удалось превзойти рекорд Европы и войти в финал первым, в моем сознании еще достаточно крепко сидели слова Игоря Михайловича: «Ты второй, страхующий».

С первых же метров финального заплыва я оставался как бы в тени почти до финишной прямой, но стоило мне после последнего поворота увидеть, что Русин плывет не первым, как в сознании вспыхнул приказ: «выходи», не раз возникавший во время совместных поединков... Спарринг сделал свое дело. Я рванулся к финишу и выиграл.

Держа в руках первую золотую медаль чемпиона мира, я понимал, что половина этой медали принадлежит Русину, и был ему благодарен. После чемпионата какое-то время мы еще тренировались по знакомой схеме: на отрезках лидировали то я, то он, но вскоре я почувствовал, что наш спарринг больше не удовлетворяет Сергея. Его стало угнетать нервное напряжение, мешало полноценному восстановлению между тренировками. И Русин ушел. Ушел в другую бригаду, к другому тренеру, в другой бассейн. Роль лидера в спарринге была им утеряна, и это потребовало от него психологической перестройки, к которой он оказался не готов.

Итак, Русин ушел. На его место мало кто мог претендовать, не было ему равного по силе пловца, и нового спарринг-партнера я так и не нашел. Правда, во время подготовки к Московской Олимпиаде рядом со мной оказался Саша Чаев. Он обладал удивительным чувством ответственности, не было задания, которое он бы не выполнил, но спарринг, к которому я привык, он осуществить не мог. Однако я не имел права снизить обороты и уплывал, не оставляя ему надежд не только на выигрыш, но и на соперничество. Чаев стал для меня, я бы сказал, спарринг-помощником.

На Олимпиаде-80 Саша с блеском проплыл 1500 метров, установил свой личный рекорд, завоевал «серебро» и после этого попробовал взять на себя инициативу в наших тренировках. Первое время он даже пытался меня обыгрывать на соревнованиях, а мне каждый старт давался с трудом: тяготили олимпийские поздравления. Чаев прекрасно чувствовал все нюансы моего психологического состояния и стремился к победе. Дело прошлое, но, думаю, в этих стартах и тренировках на выигрыш он не до конца рассчитал свои силы, и к тому моменту, когда от нас потребовалась максимальная отдача этих сил, у Саши их не оказалось. К советам тренера он отнесся невнимательно, а затем и ему стало казаться, что вся тренировка строится «под Сальникова», хотя Игорь Михайлович планирует всю работу, исходя из единого общего для всех задания.

«Секундомер — враг спортсмена». Столь необычный лозунг появился у нас в группе. Кошкин избегает контроля по секундомеру. С его точки зрения, неоправданная погоня за каждой секундой отвлекает от главного задания — плыть в определенном режиме.

Плывать «в режиме» — это только один из вариантов тренировки. Кажется, чем быстрее проплыл, тем дольше отдыхаешь. Увы, каждая выигранная секунда на дистанции не компенсируется лишней секундой отдыха. И все же когда таких выигранных секунд набирается достаточно, то к концу тренировки ты еще способен и на ускорение.

Вспоминаю два случая. Первый произошел в США. Мы тогда тренировались вместе с американскими пловцами. Программа была единая. Рядом со мной постоянно был Джесси Вассало, сильный стайер, рекордсмен и чемпион мира в комплексном плавании. В одной из контрольных серий 10×400 метров, которые я плыл в режиме 5 минут, все отрезки мы проходили на равных, плюс-минус секунда. Когда мы приготовились проплыть заключительные 400 метров, я прикинул: «Вроде запас есть, можно выиграть». И вот после первых двухсот метров я увеличил темп, к тремстам вышел вперед, но после 350 метров Вассало меня догнал. Тут-то я и почувствовал, что выключаюсь. Думаю: неужели просчитался? И только метров за двадцать до финиша вижу: один, рядом никого.

Так и в соревнованиях. Иной раз на последней прямой сил не хватает. Это когда соперники сильные, а ты еще не готов, не подошел к пику формы и плывешь на одной силе воли.

Нечто подобное пришлось мне испытать в начале зимы 1984 года. Приехали мы в Париж на традиционные соревнования. Компания на 400 метров собралась отличная. Высокий, ладный канадец Шмидт — экс-рекордсмен мира, знает, как плавать 400 метров за 3.50,00, Фарнер из ФРГ — «скоростник», у него на 200 метров — 1.50,00, да и 400 метров он проплывал за 3.55. Оба настроились у меня выиграть, это я по предварительным заплывам заметил. Чувствую, обстановка накаляется, и я понял: без тактического хода не победить.

...Первую половину проплыли все рядом. Жду атаки. И вот на отрезке от двухсот до трехсот метров Фарнер рванул и уплыл. Пришлось догонять. Догнал где-то к 350 метрам. Напрягся, как и подобает на финише, и дотянулся до электронного щита первым.

Вот что значит готовиться в спарринге. Без постоянного ощущения соперника можно на финише и не устоять.

Игорь Михайлович попробовал в начале сезона поставить в пару ко мне 17-летнего Сергея Крышина. Здоровый, рослый парень. И результат у него неплохой — 15.45,52. Нагрузка для него по плечу. Это сразу видно. Мне даже показалось, что он способен плыть впереди меня. Но это только казалось. Через довольно короткий промежуток времени Кошкин отказался от работы с Крышиным, и вот почему. Выдерживать объем и интенсивность тренировочных нагрузок в начале подготовительного периода он мог, а вот улучшить конкретный результат ему оказалось не под силу. Объективные показатели подсказывали Кошкину: начнутся тренировки на других скоро-

стях — более высоких, — Крышин не выдержит. Нет у него достаточного фундамента для столь высокого уровня подготовки, не готов он еще к спаррингу по полной программе.

Постороннему может показаться, что, оставляя меня без компаньона, Кошкин преследовал какую-то цель. Но это было не так. Просто по характеру Кошкин максималист, считает, что спарринг должен проходить без всяких скидок, по полной программе. Как оказалось, он исподволь продолжал искать для меня партнера. И с особенным вниманием следил за Александром Базановым, одаренным молодым пловцом, проявившим себя настоящим бойцом.

Мы попробовали тренироваться вместе и в олимпийском сезоне, однако тренер Базанова вскоре решил, что его ученику лучше работать одному или с более слабыми партнерами. Кто в такой ситуации выиграл — показало время. Сейчас же могу лишь предположить, что тренер Базанова, видимо, решил уберечь своего ученика от сверхнагрузок и поставил ему предельно ясную цель — попасть в сборную вторым номером. На турнире «Дружба-84» Базанова не было, а на чемпионате СССР он проплыл намного хуже личного рекорда и в команду не попал.

Те, кто в последние годы покидал нашу группу, как правило, искали различные доводы в свое оправдание. Этих доводов, причем, с их точки зрения, весьма убедительных, было предостаточно. Вот один из самых расхожих. Кошкин слишком много требует, а мне бы лишь удержаться в сборной.

Не работает «система Кошкина» на удержание. Только постоянный поиск, только непрерывное стремление вперед — таков принцип Кошкина. Он и мне предложил, как я писал выше, подумать о дальнейшей работе с ним, когда увидел после рекордных заплывов 1982 года, что я в замешательстве: «Можешь? Идем дальше. Нет?.. Уходи из большого спорта».

Пристроиться к сборной могут многие, считает он, а вот двигать плавание вперед способны лишь те, кто преданно ему служит, жертвуя всем, даже сиюминутным успехом во имя будущих побед!

Многим плавание представляется сугубо индивидуальным видом спорта. Но это не так. Пловец всегда ощущает себя частицей команды, всегда помнит, что делает общее дело. А разве можно представить себе плавание без командной борьбы, без эстафетного плавания? Каждый из нас проходил настоящую проверку именно в этом виде программы.

Знаю немало примеров, когда слаженная и по-боевому настроенная четверка друзей обыгрывала квартет, составленный из «звезд». Один из таких случаев произошел в Киеве в августе 1981 года на матче с американцами. Посягнуть на командную победу мы пока не могли,

но потрепали в Киеве наших грозных соперников изрядно. Особенно запомнилась мужская комбинированная эстафета, завершавшая нелегкий, но интересный матч...

...100 метров вольным стилем ребята проиграли двум американцам сразу. В баттерфляе и в брассе та же картина, только в плавании на спине Шеметов и Кузнецов обошли гостей. Если сложить время стартовых, то ориентировочные результаты в эстафете получились бы следующие: у США — 3.46,32, у СССР-1 — 3.47,50, у СССР-11 — 3.48,60. Надежд на выигрыш у моих товарищей было немного. И вот тогдашний главный тренер Сергей Михайлович Вайцеховский предложил составить квартеты не только по результатам, но и по психологической совместимости, по максимальному восприятию общей цели.

После первого этапа, когда Виктор Кузнецов из второй команды передал эстафету раньше других, а диктор объявил, что его результат — рекорд страны, соперники заволновались, не понимая, за какой четверкой надо следить: за первой или за второй. Бросившись в погоню, они явно не учли свои возможности. Сначала безуспешно спуртовал брассист, а затем рекордсмен мира в баттерфляе Крейг Бердсли так быстро начал дистанцию, что на последних метрах скин. Остался заключительный этап. Вот тут и проявилась наглядно сила коллектива: то, что не смогли сделать в спринте Красюк и Смирягин порознь, они с блеском осуществили сообща, хотя и по разным дорожкам. Оба намного превзошли свои результаты, а Красюк к тому же вывел СССР-II на первое место — 3.44,79 — рекорд Европы, у СССР-1 — 3.45,62, а пловцы США оказались на финише третьими — 3.46,06. С тех пор речь о непобедимости американских парней в нашей команде не поднималась.

Эстафеты бывают разные, даже такие, которые и не назовешь эстафетами. Одна из них из моего детства. Помню, в 1972 году, посмотрев по телевидению олимпийский финал — 100 метров вольным стилем и увидев, как победил Марк Спитц — 51,22, а Владимир Буре первым из советских пловцов вольного стиля завоевал бронзовую медаль — 51,77, мы пришли на тренировку. Глеб Георгиевич, заметив наше возбуждение, предложил после занятий провести эстафету 4×25 метров. Цель — рекорды Спитца и Буре. Меня, правда, не включили в квартет, так что я имел возможность внимательно наблюдать, как мои 12-летние товарищи легко справились с фантастическими секундами. Четырежды они промчались по дорожкам бассейна быстрее чем за 50 секунд.

Видимо, тогда мы впервые и ощутили, насколько совместные дружные усилия способны творить чудеса.

Так уж сложилась моя судьба в спорте, что в эстафетную команду

я не рвался, хотя никогда и не отказывался от участия в этом азартном соревновании. Приходилось плыть на различные дистанции, но главными для меня всегда оставались 1500 и 400 метров.

На чемпионате Европы-81 в Сплите (Югославия) мне доверили 200-метровый этап. Многие предсказывали успех пловцам ФРГ, а мы с этим, естественно, не могли согласиться. Как быть, как рассчитать силы на все старты, ведь у каждого из нас впереди две, а то и три дистанции и предварительные и финальные заплывы. Вот тут-то и вступил в силу непреложный закон, закон эстафет — «один за всех и все за одного», дошедший до нас с той далекой поры, когда в Мельбурне четверка наших отважных кролистов — В. Сорокин, Б. Никитин, Г. Николаев и В. Стружанов — завоевала самые первые в плавании олимпийские награды.

Раньше всех стартовал Володя Шеметов — чемпион и рекордсмен в плавании на спине, он тогда тренировался в нашей группе и отлично проплыл кролем 200 метров. Затем наступил черед плыть мне, я передал эстафету Саше Чаеву, а он — Сергею Коплякову, олимпийскому чемпиону, рекордсмену мира. Троице удалось показать на этапах лучшие свои результаты, а Копляков, на которого мы до конца надеялись и знали, что он не подведет, имея на старте определенный запас, созданный товарищами, без дополнительного напряжения довел заплыв до победного финиша.

Сергей, бесспорно, правильно поступил, сохранив часть сил для индивидуальных заплывов на 200 метров, где он через день стал чемпионом Европы, а вот Саша Чаев и Володя Шеметов во имя общего успеха недобрали медалей в своих финалах. Нелегко пришлось и мне, особенно на 400 метров, где всего несколько сотых я уступил хозяину дорожки Вору Петричу. И все же эстафета стоит потерь. Ведь от успешного старта в первый день чемпионата во многом зависит настрой сборной, и мы были обязаны выступить на пределе своих возможностей. Так что каждый раз, выходя на старт эстафеты, знаю: плыть надо «вовсю».

Эстафета, будто лакмусовая бумажка, проверяет уровень взаимоотношений внутри коллектива. Как правило, отбор в четверку происходит открытым голосованием. За несколько дней до соревнований на старт выходят претенденты и выясняют, кто на данный момент быстрее. Но бывает и иначе. Соревнования уже начались, и в предварительном заплыве перед пловцами одна задача — плыть как можно лучше, соревнуясь не только с соперниками, но и между собой.

Вновь возвращаюсь к событиям на Олимпиаде-80. 23 июля состоялась эстафета 4×200 метров. В состав ударной финальной четверки безоговорочно входили Сергей Копляков и Андрей Крылов.

Сергей уже успел 21 июля стать чемпионом Игр, а Андрей — серебряным призером на 200 метров вольным стилем. Стартовал в предварительном заплыве и Ивар Стуколкин, но в финал не попал, так что участие в сильнейшем составе эстафеты ему еще предстояло доказать. Утром на старт вышли те, для кого заплыв мог оказаться решающим, — Сергей Красюк, Юрий Присекин, Сергей Русин и Ивар Стуколкин. Однако все проплыли ниже своих возможностей.

Не знаю, чем руководствовались тренеры, выбрав из этой четверки Стуколкина, видимо, сыграло мнение Генриха Владимировича Яроцкого. Ему, одному из опытных наставников сборной, была поручена подготовка мужчин-кролистов к эстафете. Его ученики Крылов и Копляков уже оправдали надежды, так что Стуколкин, который также тренировался под руководством Яроцкого и был более устойчив психологически, нежели Русин и Присекин, получил некоторое преимущество. Мне же предоставили право выступить в эстафете как отличившемуся на дистанции 1500 метров.

Я мог бы использовать это право без особого напряжения, попросту отсидеться за спиной товарищей в надежде еще на одну золотую медаль, ведь впереди мне предстояли нелегкие заплывы на 400 метров. Но представьте себе такую картину: я плыву не включая обороты, Стуколкин бережет и без того небольшой запас своих сил. Крылов не торопится, переживая недавний финал, и эстафета проваливается... Нет, так в эстафете плыть нельзя. И все мы выкладываем все, на что способны. Первые отлично проплывает дистанцию Копляков — 1.50,00, затем мне удается показать свой лучший результат — 1.51,09, не подвел и Ивар — 1.52,04, отличное время и у Крылова — 1.50,37. А общий результат — 7.23,50 — рекорд Европы.

После торжественной церемонии награждения, держа в руках теперь уже вторую золотую медаль Олимпиады, мне не стыдно было смотреть в глаза товарищам: я отработал свои 200 метров на совесть...

Минула ночь, а рано утром я уже готовился к предварительному заплыву на 400 метров. До сих пор помню, как уже в воде на разминке почувствовал тянущуюся за мной, словно шлейф, невероятную усталость. Все мои старания перебороть неприятное состояние не увенчались успехом. Днем я пытался заснуть, но и это оказалось не в моих силах. Вечером в финале, когда надо было взорваться на финишной прямой, произошла осечка. Не сразу удалось мне прибавить скорость, и эта заминка обошлась в несколько десятых секунды. Да, я победил, но победил без рекорда. Хоть и был безмерно рад своей третьей олимпийской медали, но не мог я простить себе того, что не установил мирового рекорда.

Меня как-то спросили, а не благоразумнее ли было бы отказаться от

эстафеты. Я ответил: нет. Раз мое участие было необходимо команде, значит, надо плыть, и плыть в полную мощь.

Однажды я прочел: «Человек не может отдыхать в безделье». Спать — да! А вот лежать смотреть в потолок — это для него непозволительная роскошь. С первых серьезных тренировок мой первый тренер Глеб Георгиевич призывал нас избегать безделья, но при этом не тратить энергию попусту: «Учеба и спорт требуют много сил и времени, а на отдых и сон необходимо отводить ровно столько, сколько требует строгий распорядок дня». Вот тут-то я и пришел к мысли, что лучший отдых — это переключение с одного рода деятельности на другую. Для меня это означало — с учебы на спорт, с плавания на учебу. Весь распорядок дня, включая сон, был строго регламентированным. Я не раз замечал, что если днем просплю лишние 30 минут, то вместо бодрости появляются вялость, общее торможение и как следствие нарушается жизненный ритм. Когда сон не идет, предпочитаю полежать с книгой в руках. Правда, среди некоторых спортсменов бытует мнение, что чтение утомляет. В корне не согласен с этим. Утомляет лишь тех, кто не овладел культурой чтения, кто не умеет выбрать хорошую книгу. Это как в музыке, в искусстве — удовлетворяет только хорошее исполнение.

В школе за все годы учебы особых проблем у меня не было. Учился всегда с охотой. Мне удавалось, как и в тренировке, все систематизировать. Нам, спортсменам, учителя, естественно, многое прощали, шли навстречу. Но я всегда считал зазорным получить липовую оценку. Это унижало достоинство как мое, так и преподавателя.

Самые тесные контакты с учителями всегда помогают расширять кругозор. Не понимаю, как можно бегать от людей, желающих пополнить запас твоих знаний. Помню, не раз нас сравнивали с учениками обычных школ, и, надо сказать, сравнения эти оказывались в нашу пользу. Регулярные занятия спортом развивают определенные качества, дающие возможность буквально схватывать все на лету. Мы быстрее усваивали программные материалы, а при сдаче зачетов и экзаменов многие демонстрировали незаурядную быстроту мышления.

Могу смело выделить одну закономерность, присущую спортсменам: активная позиция в тренировках — активная позиция в учебе. А вместе — не менее активная и жизненная позиция.

Нас призывают: «Познай себя!», «Преодолей себя...». Бесспорно одно: невозможно подняться до вершин мастерства без постоянного самосовершенствования, без самоанализа своих поступков. В общем понимании преодолеть себя — это особое стремление постичь ранее неизведанное в самом себе, в деле, которому отдаешь все силы без остатка. Сегодня для меня этим делом остается плавание...

IV

Одна из многих увлекательных возможностей большого спорта — путешествия. Теперь трудно сосчитать города и страны, где удалось побывать благодаря поездкам на различные соревнования и турниры, встречи и учебно-тренировочные сборы. У летчиков и стюардов есть даже знаки отличия за многотысячные перелеты. Нам же, спортсменам, это в зачет не идет.

Мой первый, самый дальний маршрут — авиационный: Ленинград — Ереван. Мы прилетели в Армению, и склоны Кавказа в моем представлении приобрели новые краски. То, что было хорошо знакомо по поездкам в Адлер и Сочи, напрочь отсутствует в ландшафте тех мест, где приютилась отличная учебно-тренировочная база Спорткомитета.

Два плавательных бассейна, один из которых, 50-метровый, позволяя в любое время года проводить полноценные тренировки в условиях среднегорья. Построенная в канун Олимпиады 1968 года для специализированной подготовки — Игры, как известно, проходили в Мехико на высоте 2200 метров, — база и сегодня служит верой и правдой не только ведущим спортсменам страны, но и тысячам поклонников отдыха в горах.

Оказались мы в Цахкадзоре летом 1975 года. Ребята в группе Кошкина повзрослели. Я имею в виду Горелика, Русина, Грибанова... По мнению Сергея Михайловича Вайцеховского, он тогда был старшим тренером сборной, именно кому-то из них стоило побывать в Кали на чемпионате мира. Прокатиться за опытом. Говорилось все так, словно этот экзотический город находится не в Колумбии, а где-то недалеко от Еревана.

Кандидаты ходили задрав нос и сторонясь нас, еще не доросших до главной команды страны, заговорщицки обсуждали предстоящий перелет, а я с грустью чувствовал себя в этой компании белой вороной. В свои 15 лет мне тогда не приходилось пересекать государственную границу ни по воздуху, ни по земле.

Тренировался я в те дни с удвоенным энтузиазмом (никогда не говорю, что с удвоенной силой: сил трачу ровно столько, сколько требует программа). Но вот что касается эмоционального настроения, то здесь можно себя не ограничивать. Видимо, тренеры сборной заметили мое старание, а Кошкин не стал опровергать общее мнение. И вот подходит ко мне Игорь Михайлович и говорит, глядя куда-то поверх не только моей головы, но и тех гор, что окаймляют Цахкадзорскую базу:

— Тут тебя за старание планировали в ЧССР послать, но ты не поедешь. Я за тебя отказался...

Я думал, земля из-под ног уйдет, а солнце перестанет светить. Я замер, боясь хоть одним жестом показать Кошкину свою растерянность.

...Как-то после очередного дальнего странствования отца по морям я услышал историю одного его плавания. Пришли они к незнакомым берегам, встали на рейде. Предстояли разгрузка и погрузка. Каждый волнуется, подгоняет парадную форму в надежде на выход в порт. Работа закончена. Погода — блеск: солнце, безветрие. День прошел, другой, а на берег выбраться так и не удалось. Неужели и мне не удастся выйти на берег?

— Ты не переживай, — утешал меня Игорь Михайлович, — мы сегодня улетим в Кали, а ты поживешь пару дней в Цахкадзоре с Толей Смирновым. План тренировок я вам оставлю, а через две недели поедешь со сборной в Швейцарию, в Женеву, — и улыбнулся, заметив мою растерянность. — Смотри только в Женевском озере не выкупайся, вода там холодная, простудишься...

Все наши улетели, а мы с Толей остались. Два дня все шло, как при Кошкине. Утром прогулка, затем завтрак. Занятия в зале и в воде строго по плану. Свободного времени практически нет.

Тогда два дня без тренера показались мне крайне трудными. Плынешь где-то десятый километр, еле терпишь, а чужой тренер, которого попросили проследить за двумя мальцами, прохаживается по бортику или сидит под тентом. Приходилось терпеть, но те памятные тренировки прошли успешнее, чем ожидалось.

В Женеву на чемпионат Европы первые номера нашей юношеской команды прибыли в роли фаворитов, каждый заранее знал, сколько медалей ему достанется в предстоящих заплывах. Я же не знал, что меня ждет. В плане Кошкина стояли высокие результаты, которые я должен был показать на 400 и 1500 метров. Увы, тренерскую задачу я не выполнил, хотя медали и получил: бронзовую — за 400 метров, серебряную — за 1500. Что и говорить, 16.40,00 на 1500 метров были ниже юношеского рекорда страны.

Обычно, находясь за рубежом, мы после завершения соревнований через день-два возвращались в Москву. Но бывало и так, что вся команда или группа пловцов переезжала в другую страну и вновь выходила на старт. Такие турне крайне тяжелы как физически, так и психологически.

Я это понял, когда после Универсиады-83 в Эдмонтоне нас сразу пригласили в Лос-Анджелес на предолимпийскую неделю. Встречали американские любители плавания гостеприимно независимо от того, из какой страны спортсмен. К советским относились с подчеркнутым вниманием. Разместили недалеко от олимпийского бассейна, в студенческом городке. То, что этот бассейн олимпийский, мы узнали

только на третий день, когда рядом с ванной выросли огромные, на 4,5 тысячи зрителей временные трибуны. Появились рекламные щиты с олимпийской символикой. Мы, правда, так и не поняли, почему бассейну под открытым небом прочат столь высокий ранг. По предложению ФИНА заплывы на Играх должны проходить в закрытом бассейне. Но дело прошлое. Ветер, гулявший со всех сторон, и палящее солнце не способствовали высоким результатам. Плыть приходилось не в лучших условиях. Я уж не говорю о «мелочах»: поблизости не было душа, раздевалок, туалета. А тут еще возник вопрос, на какой дистанции выступать.

Всего несколько дней назад я плыл в Канаде и 400 и 1500 метров, и впереди был чемпионат Европы. Решение пришло при знакомстве с программой выступлений. В ней была указана дистанция 800 метров — случай редкий для официальных соревнований, и не воспользоваться им мы не могли.

Вечером жара в Лос-Анджелесе спадает. Дышать становится значительно легче. На разминке попробовал воду — нормально. Со старта поплыл легко и свободно. Кошкин так и настраивал: «Первую половину плыть легко, но быстро, а вторую по самочувствию... но быстрее». Такой настрой напоминает мне всегда шутку детских лет. Идут соревнования на приз «Веселого дельфина». Рядом на бортике двадцатипятиметрового бассейна тренер объясняет своим ученикам: «Что такое пятьдесят метров? Это со старта туда быстро-быстро, а обратно еще быстрее». Шутка шуткой, а американские спринтеры так и плавают зимой на национальном первенстве, когда соревнования идут в маленьком бассейне: туда во всю силу, а обратно еще сильнее. При всей моей любви к стайерским дистанциям мне всегда жаль, что у нас так мало хороших спринтеров, ведь это так просто — туда и обратно...

Однако вернемся к заплыву в Лос-Анджелесе. Позади первые 400 метров. Делаю поворот и начинаю постепенно прибавлять. По ходу это заметно, да и соперники один за другим начинают отставать. Не выдерживают и оба американца. После семисот метров слышу крики и шум трибун, не иначе судья-информатор «нагоняет страсти». Начинаю финишировать. К этому моменту я уже был убежден, что от соперников сюрпризов не будет, а когда до финиша оставалось метров сорок, понял по сплошному грохоту, что иду на рекорд. И тут же, откуда только силы взялись, я как спринтер забарабанил ногами.

Брайн Гуделл с интересом смотрел заплыв, а затем дал высокую оценку мне как пловцу. Гуделл был на костылях — нога в гипсе (я так и не понял, результат ли это автомобильной аварии или игры

в футбол), но не терял хорошего настроения, он ведь уже давно не выступает в национальной сборной США.

Олимпийский чемпион, элегантный Марк Спитц, о котором я знал по репортажам из Мюнхена-72, среди американских пловцов слышущий отшельником и молчуном, на сей раз приятно удивил всех своим многословием и юмором. Улыбнувшись Гуделлу, он сказал: «Брайн, хорошо, что мы сейчас не плаваем...»

На предолимпийские соревнования собрался весь цвет американского плавания. Вот она, живая история! Чемпионы разных лет, герои Олимпиад, среди них двухметровый гигант Джон Набер, победитель Игр в Монреале-76, его мировые рекорды в плавании на спине держались семь лет...

Год я готовился к новому путешествию за океан, к стартам в Лос-Анджелесе. Не раз вспоминал радушный прием и добрые пожелания американских болельщиков. Казалось, ничто не помешает сильнейшим спортсменам мира полноценно провести свой праздник. Увы, на нашем пути была воздвигнута невидимая стена из угроз и насилия. Высокие идеалы, провозглашенные в Олимпийской хартии, оказались бесцеремонно попорчены. Не самой яркой страницей войдут в историю мирового плавания события на водных дорожках Лос-Анджелеса. Да, были рекорды. Да, были захватывающие поединки, но в споре за награды не участвовало большинство из тех, кто на них по праву претендовал. Не состоялся и мой главный заплыв в олимпийском бассейне Лос-Анджелеса. Но мы стартовали в Москве, побеждали и устанавливали рекорды в бассейне на проспекте Мира. Можно помешать, но нельзя отнять у спортсмена право соревноваться в честной борьбе.

После Московской Олимпиады пловцы сборной избрали меня комсоргом. Вот уже год я на посту капитана. Жизнь показала, что в орбиту капитана могут входить любые, даже самые неожиданные вопросы, многие из которых невозможно и предвидеть. Ведь не запланируешь чуткое отношение к товарищам, как не станешь обсуждать с каждым в отдельности его предстоящий старт.

Капитан выводит команду на парад. От его спокойствия, внутренней уверенности, если хотите, от внешнего вида во многом зависит общее настроение. Все это наглядно проявляется в трудную минуту, в тех ситуациях, когда от успеха каждого зависит успех общий.

Особенно трудными для команды оказались дни после летнего чемпионата СССР 1984 года. График соревнований изменился, и мы продолжали подготовку теперь уже не к Олимпиаде, а к турниру «Дружба-84».

Время, когда можно было добиваться успехов в одиночку, кануло в прошлое. Сейчас в одиночку не пробьешься. Теперь если побеждаем, то «мы». Если уступаем, то тоже «мы». Мы — это постоянные спарринг-партнеры. Вместе тренировались брассисты Р. Жулпа и Д. Волков. Робертасу уже 24 года, а Диме исполнилось только 18. Жулпа — олимпийский чемпион на 200 метров и чемпион Европы на 100 метров, а Волков в олимпийском сезоне первым из советских пловцов превысил рекорд Европы. Оба пловца мечтали перекрыть самый старый рекорд континента на 200 метров, установленный англичанином Дэвидом Уилки еще на Играх в Монреале-76. Но кто первым коснется финиша — Жулпа или Волков? Их постоянное соперничество на тренировках приносило неоспоримую пользу как одному, так и другому. Правда, Робертас более опытный боец. И когда встал вопрос, кто будет представлять сборную на «Дружбе» в заплыве на 200 метров, он или Д. Кузьмин (Волков как чемпион СССР шел вне конкуренции), Робертас сумел в острейшем поединке буквально вырвать победу на последнем метре дистанции. Время, показанное им — 2.15.70,— было лучшим результатом сезона в Европе. Для сравнения напомним рекорд континента — 2.15.11, а страны — 2.15.36 (на январь 1985 года).

Интересным оказался спарринг и наших сильнейших пловцов на спине — Сергея Заболотнова и Владимира Шеметова. Два года они выясняли, кто лидер, никто не хотел уступать пальму первенства, и, когда в плавании на спине в их споре на какое-то время наступило равновесие, они решили блеснуть скрытыми резервами. Заболотнов выиграл чемпионат СССР на 400 метров в комплексном плавании, а Шеметов доказал свое право выступать в эстафете 4×200 метров вольным стилем, и не просто доказал, а выиграл золотую медаль чемпиона.

Интересно, что и в этой ситуации Володя Шеметов нашел возможность показать своему партнеру, что он силен и в комплексе. На очередной «курсовке» (контрольные соревнования сборной) он отлично проплыл 200 метров. Сейчас сильнее его в этом виде только Александр Сидоренко.

Спарринг Заболотнова и Шеметова продолжается, а у их наставника в сборной, Олега Львовича Цветова, одна цель: для любого из учеников — рекорд мира.

И снова я говорю: «Мы». «Мы» — это тандем: «тренер — спортсмен». Сколько ярких побед на счету триумvirата — Веры Григорьевны Смеловой и ее учеников Сергея Фесенко и Александра Сидоренко! А сколько было нелегких дней, сколько размолвок, но ребята верили в тренера, а тренер — в ребят.

В этом году у Фесенко не все шло гладко, проиграл чемпионат,

пропустил много тренировок, были на то причины. Но в последний момент собрался, наверстал упущенное и догнал конкурентов. Опыт есть опыт. Когда шли отборочные заплывы, Фесенко на своей коронной дистанции 200 метров баттерфляем на секунду опередил чемпиона страны А. Пригоду — 2.01,40. Пригода так быстро не плавал, но Сергею показалось, что руководители сборной усомнились в его спортивной форме, и тогда на следующий день Фесенко бросил вызов самым скоростным в баттерфляе во главе с рекордсменом Алексеем Марковским и победил в заплыве, хотя давно не блистал на дистанции сто метров.

У Сидоренко в этот момент настроение испортилось. Узнал, что на Олимпиаде первым был канадец Бауман, да еще с мировым рекордом, тот самый Алекс из Канады, который из-за травмы не участвовал в чемпионате мира 1982 года. Тогда Саша стал чемпионом, оба жаждали очной встречи, но она так и не произошла. А на Играх у Баумана не было сильных конкурентов.

Вот и мне пришлось пережить немало волнующих часов. Но правы были тренеры и специалисты: как ни скрывай секреты подготовки, но без предварительных результатов идти в атаку на рекорд мира практически невозможно. Американские пловцы явно надеялись в заочной борьбе переплыть мои рекорды, но чудес, как известно, не бывает, если их не приготовить заранее.

Оба чемпиона Лос-Анджелеса на 400 и на 1500 метров лишь приблизились к уровню моих результатов шестилетней давности. Мне же оставалось завершить последний этап подготовки к «Дружбе», и мы с Игорем Михайловичем решили по традиции проверить средний ход, а раз так, то и дистанцию выбрали «среднюю» между олимпийскими — 800 метров.

После прилета из Цахкадзора, где проводились тренировки в условиях среднегорья, мы отказались от сбора, благо дом теперь в нескольких минутах хода от «Олимпийского». Но горная высота — дело серьезное: день, два после спуска на землю самочувствие отличное, на третий, четвертый еще есть ощущение легкости, но затем наступает реакклиматизация, появляется вялость, падает скорость. Вот и этот старт совпал с подобным явлением. Отказываться от заплыва было нецелесообразно: почти два месяца без соревнований. Выбрали оптимальный вариант: каждые сто метров по одной минуте. Легко и размеренно.

«Олимпийский» бассейн проверял готовность всех служб. Трибуны были почти пусты, но на бортике собралось достаточно близких болельщиков и каждый надеялся увидеть в моем контрольном заплыве контуры будущих стартов.

С первых метров дистанции я набрал необходимый ритм, стал

отмеривать отрезок за отрезком и был приятно удивлен, когда почувствовал, что Святослав Семенов держится рядом. Он не пытался выходить вперед, но и отставать не хотел и, конечно, не отказался от мысли бросить мне вызов. Я же всегда считаю сильного товарища по сборной заслуженно от зарубежных конкурентов. Вдвоем побеждать гораздо проще. Правда, слово «проще» для победных заплывов мало подходит. И так, 800 метров мы проплыли в одинаковом ритме, но Святослав был чуть медленнее по ходу. В итоге у меня 8.01,19, а у него 8.04,95. Впереди предстояли еще две недели тренировок, а затем главное испытание года.

Мне удалось победить на Играх в Москве. Четыре года я готовился к тому, чтобы повторить свой успех на новой Олимпиаде. Как же рассказать о событиях, происшедших на «Дружбе»? Столько стартов, столько сюрпризов.

Открыли финальную часть соревнований девушки заплывом на 100 метров вольным стилем, и первой победы добились спортсменки ГДР, правда, с результатом, далеким от мирового рекорда. Наши брассисты — Дима Волков, обладатель рекорда Европы, и Робертас Жулга, прошлогодний чемпион континента, тоже не порадовали зрителей результатом, и по трибунам пробежал шепоток: «А где же обещанные рекорды?» И тут-то появилась на стартовом плоту 15-летняя Лена Дендеберова. Когда я взглянул на своего первого тренера Глеба Георгиевича Петрова, учителя Лены, то сразу понял, что он и его ученица настроились на рекорд. И действительно, Лена улучшила свой же, всего за 10 дней до этого установленный рекорд страны в комплексном плавании на 400 метров.

Но не только это привело всех в восторг: Лена победила чемпионку Европы Катлин Норд, а ведь спортсменки ГДР почти 10 лет не знали поражений в этом виде программы. Победный настрой Дендеберовой передался всем нашим девушкам, никто из них уже не чувствовал себя слабее в споре за медали. А на второй день каждый финал доставлял нам радостные минуты, хотя наши спортсмены не всегда финишировали первыми.

Мне особенно приятно рассказать о победе и рекорде самого старшего в нашей команде, 27-летнего Алексея Марковского. До старта на 100 метров баттерфляем Алексей говорил, что мечтает улучшить рекорд страны, который он установил еще в 1981 году. Но он не знал, сможет ли победить своих грозных соперников — пловцов ГДР, ведь 20-летний Томас Дресслер на чемпионате своей страны проплыл 100 метров за 53,84 и установил рекорд Европы, а его товарищ Тино Отт тоже показал результат на секунду лучший, чем Марковский, а такой разрыв на стометровой дистанции — дело почти безнадежное. За это «почти» Алексей и ухватился. Значит, есть все-

таки надежда. Марковский отлично принял старт, сразу же предложил невероятный темп и буквально задавил соперников на первых же метрах.

Финал на 200 метров брассом среди женщин все ждали с особым интересом. Предварительная раскладка сил в этом виде программы напомнила мне и Олимпиаду в Монреале и Игры в Москве. Наши девушки обладали лучшими результатами, рекорд мира прописан в нашей стране, но тем и прекрасен спорт, что при любой, даже самой ясной, расстановке сил невозможно предсказать все варианты... И вот Лариса Белоконь настигла Сильвию Гераш, которая лидировала в заплыве 190 метров, и первой коснулась стенки бассейна — лучший результат сезона в мире и отличное подтверждение того, насколько живы победные традиции наших девушек на этой дистанции.

До этого заплыва я пребывал в роли зрителя и еще не знал, предстоит ли мне участвовать в эстафете 4×200 метров вольным стилем. Почти до последнего дня мое выступление в четверке было под вопросом, ведь главные для меня дистанции — 400 и 1500 метров. Но победа пловца ГДР Свена Лодзиевски на дистанции 200 метров — он мой основной соперник на 400 метров — заставила тренеров посчитать, что мое участие в эстафете просто необходимо.

...Эстафета началась. Володя Шеметов приплыл первым с личным рекордом, 19-летний Андрей Ляшенко выступил для себя просто хорошо, ведь передал мне эстафету на мгновение позже, чем это сделал соперник. Я старался, как мог, и, видимо, чуточку больше, чем мог, и закончил свой этап первым, обеспечив Сергею Красюку разрыв в шесть десятых секунды. И тут я еще раз увидел, с кем мне предстоит иметь дело в финале на 400 метров. Свен Лодзиевски поразил всех своим финишным спуртом и не только отыграл у Красюка эти шесть десятых, но и выиграл, да еще с разрывом в две секунды. Спортсмены ГДР получили золотые награды, а мы, хоть и с рекордом СССР, серебряные...

Кто может определить, как сказалась на дальнейших моих выступлениях эта неудача? Мне предстояла всего через два дня борьба на дистанции 400 метров, а я не мог забыть результат Свена. Он проплыл 200 метров за 1.48,19, а мне потребовалось на это еще две с половиной секунды...

Утренний заплыв на 400 метров прошел вполне спокойно. Мой результат был лучшим, я получил право плыть в финале по центральной, четвертой дорожке, и после отдыха по пути в бассейн мы с Игорем Михайловичем проштудировали несколько возможных тактических вариантов. Во-первых, Лодзиевски мог сразу пойти вперед и предложить свой ход заплыва. Во-вторых, он мог остаться на второй позиции, выжидая момент для атаки, рассчитывая на свою взрывную скорость,

но Игорь Михайлович не исключал, что Лодзиевски, учитывая, что оба варианта мне знакомы, будет искать третий тактический ход. Какой? Разгадать заранее невозможно. Ждать и молниеносно принимать решение — вот все, что нам оставалось.

За несколько минут до финала я, как обычно, попытался отвлечься, несколько раз пробежал взглядом по трибунам бассейна: они заполнялись быстро, многие сидели в проходах, прямо на ступеньках, даже на трибунах прыжковой ванны расположились зрители. Перебросился взглядом с женой Мариной и с друзьями, а сам почему-то явственно представил себе рекордный заплыв Сергея Заболотнова на 200 метров на спине. Первый мировой на этих соревнованиях. И вот слышу свою фамилию. Идет обычная переключка перед выходом на старт. Вызывают Свена Лодзиевского, Святослава Семенова, Уве Дасслера...

Занимаем стартовое положение. Знакомый сигнал — и мы в прыжке. Еще в воздухе чувствую Свена впереди. Позади всего 25 метров, а я уже отстал! Это можно было предположить. Но то, что он проплывет первые 100 метров быстрее 56 секунд, я не ожидал. Теперь ясно: его расчет — высокая скорость. Значит, вперед, и я устремлюсь в погоню... Позади 200 метров. Поворачиваем почти одновременно, и я тут же ухожу в отрыв. Почему это мне удалось? Свен берег силы для финишного рывка, но он не рассчитал и выпустил меня слишком далеко. 300 метров — разрыв более 2 секунд. Я нахожу в себе силы проплыть финишные 100 метров быстрее предыдущих, но не настолько быстро, чтобы перегнать свой рекорд. Сказалось напряжение первых ста метров, когда мне пришлось догонять Лодзиевского. Радуюсь победе, но к радости примешивается откровенная досада. В ушах еще стоит несмолкаемый гул трибун, который сопровождал меня весь заплыв, ведь я шел с опережением рекордного графика.

Соревнования продолжались, было много еще памятных моментов, были встречи, короткие разговоры и длительные беседы, было все то, чем так богаты соревнования столь высокого ранга, как «Дружба-84».

Мне, капитану команды, было особенно приятно видеть, как стараются поддержать своих более молодых товарищей олимпийские чемпионы Робертас Жулла, Александр Сидоренко, Сергей Фесенко и, конечно же, Алексей Марковский. Именно он внес существенный вклад в успех нашей комбинированной эстафеты 4×100 метров, которая закончилась с рекордом Европы.

Пловцы 12 стран сокрушали национальные, европейские и мировые рекорды. Почти все мои товарищи выступили отлично и показали свои лучшие результаты. Они установили 17 всесоюзных рекордов, один из которых превышал мировой, а три — европейские. Шел и я по рекордному графику 1500 метров, но превзойти свой результат не

смог. И все же получил большое удовлетворение и от побед, и от того, что секунды, показанные в Москве, оказались лучшими, чем у тех, кто победил в Лос-Анджелесе...

Наши выступления на «Дружбе-84» — уже история, позади отдых, и теперь надо начинать все сначала: и мою работу в спортивном клубе Советской Армии — я офицер — и новые тренировки.

V

Вот пролетел еще год.

...Учиться, получать образование никогда не поздно. Однажды Игорь Михайлович рассказывал, что на каком-то этапе работы он почувствовал необходимость повысить уровень своего образования. Поступил в Ленинградский институт физкультуры имени Лесгафта и, уплотняя сроки, успешно завершил нелегкий институтский курс. Он и нам, ученикам, часто повторяет: учиться можно и должно всегда, а медлить, растягивая учебу, не обязательно. Коль скоро ты определил цель жизни, отнесись к этому с полной ответственностью. Серьезные занятия спортом еще не предопределяют, что ты станешь тренером. Можно много лет отдать плаванию, а затем, покинув дорожку, раз и навсегда направить свои усилия в другую область человеческой деятельности. Таких примеров более чем достаточно.

И действительно, есть среди чемпионов плавания прошлых лет врачи и инженеры, конструкторы и артисты — люди разных профессий, а вот судьба Кошкина подтверждает возможность обратного хода. Работал человек электромонтажником, учился в техникуме, параллельно увлекся тренерской работой, а когда выбор сделал, продолжил учебу в физкультурном.

Пример моего тренера, сумевшего найти свое призвание и давшего путевку в жизнь многим ученикам, позволил и мне без особых раскачек вновь перестроить свой жизненный график. Уже в октябре 1984 года я засел за учебники, готовясь к сдаче кандидатского минимума. Режим был составлен в самых строгих рамках. Ранний подъем. Зарядка или кросс. Дома в прихожей оборудовал мини-зал для тренажеров. Все компактно, и можно проводить гимнастическую и специальную силовую подготовку в любое удобное время. Правда, тренировки стали возможны не сразу. Вскоре после летних побед я все же почувствовал какое-то разочарование. Мне казалось, что я сам во многом виноват. Весь сезон меня преследовали боли в плече, сказывалась старая травма, но лечение было ограниченным. И положительных результатов не принесло. А коль скоро я решил остаться на дорожке, перво-наперво предстояло привести плечо в порядок.

Помощь пришла с двух сторон: и от работников научно-методического центра «Трудовых резервов» и от специалистов Института неврологии Академии медицинских наук СССР. Меня внимательно обследовали и дали заключение, которое окончательно прояснило, почему график моего заплыва на «Дружбе» остался нереализован.

С октября по январь тренировки на воде носили восстановительный характер: 4—5 километров в легком темпе, чтобы снять многолетнее утомление. Как-никак четыре года олимпийской подготовки отняли немало физических и нервных сил.

Где-то к Новому году я почувствовал, что пора набирать обороты, но постепенно, с учетом той целенаправленной программы, которую составил Игорь Михайлович. Ближайшие соревнования планировались лишь в конце лета на чемпионате Европы или на Всемирной Универсиаде. И вот в феврале впервые за многие годы я оказался во время зимнего чемпионата СССР на трибуне «Олимпийского» не в ожидании старта, а в роли стороннего наблюдателя. Я просмотрел многие заплывы, но в первую очередь, конечно, свои дистанции 400 и 1500 метров. Не скрою, чувство разочарования долго не давало мне покоя. В разговоре с журналистами мне даже приходилось уходить от прямых оценок. После успешных заплывов на «Дружбе-84» традиционные весенние матчи с пловцами ГДР (взрослый, юниорский и юношеский) были проиграны нами по всем статьям. И я не очень удивился, когда узнал, что спорбюро поручено возглавить Кошкину. Оказывается, еще осенью, сразу после окончания сезона-84, Игорь Михайлович представил в Спорткомитет СССР свою программу развития плавания в стране. Видимо, это и послужило отправной точкой для принятия столь неожиданного для многих решения.

Итак, Кошкин старший тренер сборной, я останусь его учеником. И ответственность моего наставника за всю команду не только не снижает моей ответственности, а, скорее наоборот, повышает ее.

И вот сданы все экзамены, и я вновь собираюсь в дорогу. Впереди первый учебно-тренировочный сбор. Настроение хорошее, ясна цель, да и задачи определены. Тренироваться предстоит по-новому, а результаты показывать необходимо рекордные, особенно если мечтаешь о победах.

За прошедшие после «Дружбы-84» месяцы особых событий в плавании вольным стилем не произошло, если не считать высшие мировые достижения на дистанциях 400 и 800 метров Михаэля Гросса из ФРГ. Он улучшил их, выступая в 25-метровом бассейне. Если учесть, что двухметровый Гросс отлично выполняет повороты, то время, показанное им, заслуживает похвалы, но не более. И все же следует помнить: разгон «по малой воде» взял не только Гросс, так что на олимпийских 50-метровых дорожках наверняка произойдут

жаркие поединки, многие из которых будут увенчаны рекордами.

Для рекордсмена любое промедление может дорого обойтись. Мировые достижения могут стоять незыблемо годами, но стоит кому-то прорвать «барьер непроходимости», как следом устремляются соперники. Нечто подобное произошло уже в начале сезона.

Впервые наши ребята завладели мировым рекордом в плавании на спине на «Дружбе-84» в финале на 200 метров, и сделал это Сергей Заболотнов. Но вот минуло полгода. На зимнем чемпионате Заболотнов не плыл — приболел. Не выступал и его постоянный соперник, получивший травму В. Шеметов, и вот, как говорят шахматисты, «потерей темпа» воспользовался Игорь Полянский (на «Дружбе» он не участвовал). Победил в «Олимпийском» он легко и с довольно высоким результатом, хотя почти секунду потерял на старте. Заболотнов видел заплыв и явно расстроился, однако внешне сохранял спокойствие и заметил, что уже на матче в ГДР проплывает быстрее Полянского. Но на соревнованиях в Эрфурте произошла сенсация. Полянский не только обыграл Заболотнова, но и отобрал у него мировой рекорд — 1.58,14. Вот как иной раз бывает: смотришь на зарубежных конкурентов, а рекорды перекрывают товарищи по команде.

К сожалению, оба моих преемника — победители зимнего чемпионата на 400 метров Александр Базанов и Эдуард Петров на 1500 — оказались далеко от мирового уровня. Еще готовясь к Московской Олимпиаде, я неоднократно задумывался о том, как постоянно плавать 1500 метров быстрее 15 минут. Мне удалось преодолеть этот временной и психологический барьер впервые в августе 1980 года, но вот до весны 1985-го, когда я вновь приступил к многочисленным тренировкам, никто из стайеров так и не сумел вслед за мной выплыть из 15. В чем же причина столь длительного затишья? Все познается в сравнении. Вот и мне захотелось сравнить день сегодняшний с днем прошлым. Быть может, история даст ответ на интересующий меня вопрос.

В 1908 году первый официальный мировой рекорд на 1500 метров был 22.48,4 и уступал нынешнему почти 8 минут. Установил его англичанин Х. Тейлор. Плыв он на Олимпиаде в лондонском 100-метровом бассейне. Через 4 года на Играх в Стокгольме рекорд равнялся 22 минутам и устоял до 1923-го, пока швед А. Борг не проплыл на полминуты быстрее.

В биографии знаменитого шведа можно найти много интересного и поучительного. Даже такой опытный пловец терпел фиаско. После своего первого рекорда он отправился в Австралию, где оттачивали свое мастерство законодатели плавательной моды. В Сиднее Борг был недостижим и вновь с мировым рекордом. Это было в январе, а летом на Олимпиаде в Париже-24 обескураженный Борг довольствовался

серебряной наградой, хотя и проплыл на полминуты быстрее своего мирового рекорда. Это был тот случай, когда победу праздновал «мистер X», как называли журналисты неизвестного до того момента австралийца А. Чарлтона, который проплыл дистанцию за 20.06,6.

Судя по всему, заплывы Борга в Австралии помогли местным пловцам раскрыть его секреты. Но через два года швед все же вернул себе рекорд мира, проплыв на 2 секунды быстрее олимпийского чемпиона. 2 сентября 1927 года в Болоньи состоялся последний заплыв шведа, ставшего у себя на родине легендарным. Больше история плавания подобного прощального рекорда не знала. Борг так выложился на дистанции, что его результат 19.07,2 более 11 лет служил заманчивым ориентиром для лучших пловцов-стайеров.

Да, достижения в плавательном марафоне держались годами, причем даже тогда, когда прогресс на других дистанциях и во всех стилях был необычайно бурным. Но вот наступил момент, когда на водных дорожках появилось новое поколение и стало удивлять мир своими результатами. Так, в 1938 году 15-летний японский школьник Т. Аmano заставил секундомер остановиться на отметке 18.58,8.

Вторая мировая война надолго затормозила развитие спорта. Молодежь многих стран боролась с фашизмом. И как тут не вспомнить наших ветеранов — Леонида Карповича Мешкова и Владимира Федоровича Катаева. Мешков, получив тяжелое ранение, за короткий срок сумел восстановить свои силы и в дни, когда еще шла война, блестяще выступил на чемпионате страны. А когда наступили мирные дни, Леонид Карпович вновь вернулся к регулярным тренировкам и первым из советских пловцов летом 1949 года официально вошел в число мировых рекордсменов на дистанции 100 метров брассом.

Владимир Федорович Катаев в июле 1945 года после 900 дней напряженного труда в блокадном Ленинграде сумел восстановить былую форму и в ознаменование великого Дня Победы установил свой 119-й рекорд страны. В возрасте 36 лет он проплыл дистанцию 1500 метров за 20.50,5. (Достижение выдающегося советского спортсмена в то время более чем на минуту отставало от мирового рекорда.)

Бесспорно, не окажись наша страна перед лицом стольких потерь и варварских разрушений, то уже тогда мир бы узнал, насколько сильны советские пловцы на многих дистанциях. Советские спортсмены лишь в 60-е годы смогли выйти на мировой уровень в плавании на дистанциях 400 и 1500 метров. А тогда, в первые послевоенные годы, беспорное лидерство захватили мастера кроля из Австралии и США. В мае 1956 года Д. Брин (США) проплыл 1500 метров за 18.05,9, но уже вскоре австралиец М. Роуз «разменял» 18 минут. Брин не успокоился и продвинулся дальше — 17.52,9. Сделал он это в предва-

рительном заплыве Олимпийских игр. Но рекорд — это еще не гарантия победы в финале. Роуз сумел обогнать американца, хотя и не перекрыл его лучший результат.

Минуло 2 года, и вновь на смену опыту пришла юность. Рекордом завладел школьник из Сиднея Джон Конрадс и довел его до 17.11,0.

Быть может, это совпадение, но именно начиная с 1960 года плавание стало набирать такие темпы, что рекорды не заставили себя ждать. Все мое детство прошло в годы первой рекордной волны. Достижение Конрадса было улучшено американцем Р. Саари, он же в 1964 году выплыл из 17 минут, показав 16.58,7, однако Саари так и не завоевал на этой дистанции медаль Олимпиады в Токио.

В историю плавания вписано несколько маленьких трагедий рекордсменов мира, которые оказывались без олимпийских наград, но и олимпийские чемпионы не могли стать в строй мировых рекордсменов. Так, М. Роуз в канун Олимпийских игр в Токио установил мировой рекорд, но жесткие правила австралийской федерации закрыли ему доступ в команду (он проходил подготовку в США и не участвовал в отборе на национальном первенстве). Австралийцы получили тогда олимпийское золото на 1500 метрах благодаря Р. Уиндлу. Старшие товарищи рассказывали о нем, о его великолепной технике кроля, о том, как он выступал в Москве на матче сборных СССР и Австралии в мае 1963 года и как мечтал победить с рекордом на Олимпиаде.

В 1966 году взошла звезда Майкла Бартона (именно в это время я впервые пришел в бассейн). Шесть лет ему не было равных. (Первый его мировой рекорд — 16.41,60, а последний — 15.52,58.) Он с блеском победил на двух Олимпиадах — в Мехико-68 и Мюнхене-72, но не думайте, что у него не было достойных конкурентов. Рекорды трижды уплывали от Бартона, но он догонял время и устремлялся вперед. На Играх в Мюнхене 26-летний чемпион подвел черту десятилетнему лидерству американских пловцов на самой длинной дистанции, так как в следующем сезоне 15-летний австралиец Стефан Холланд поплыл намного быстрее Бартона — 15.31,85.

Три года американские тренеры вели поиск достойного преемника Бартону. Им оказался Тим Шоу, ставший чемпионом мира с рекордом 15.20,91. Казалось, что американцы вновь и надолго впереди, но повзрослевший Холланд не думал сдавать позиции и вскоре перекрыл время Шоу — 15.10,89.

В то время я, конечно, и не мечтал о том, что добыюсь таких результатов, однако живо интересовался событиями в бассейнах мира. Т. Шоу или С. Холланд? Кто поведет борьбу за олимпийское золото в Монреале? А вскоре появился и еще один претендент — американский пловец Боб Хаккет, чьи результаты были близки к мировым.

Когда в бассейне Лонг-Бич начался заплыв на 1500 метров на предолимпийских соревнованиях, на трибунах негде было упасть яблоку. С первых метров вперед устремился Хаккет. 800 метров он проплыл с новым мировым рекордом 8.01,54! Но заплыв продолжался и закончился победой другого американца, 17-летнего Гуделла. Он обошел Хаккета на самом финише, установив рекорд мира — 15.06,66.

И финал на 1500 метров в Монреале не обманул ожиданий. Холланд почти всю дистанцию шел по рекордному графику, не раз пытался оторваться от Гуделла, но рядом с Гуделлом держался и Хаккет. Он помнил, что Гуделл обладает взрывной скоростью и наверняка использует ее на финише, так что основное внимание он, естественно, уделял ему. Но при этом оба знали: Холланд попытается оторваться уже на первой половине дистанции. Его нельзя отпускать.

Три претендента на победу выплыли на последнюю прямую одновременно, но Гуделл до конца использовал свои скоростные резервы.

Так они и взошли на пьедестал: Гуделл — 15.02,40 (рекорд мира), Хаккет — 15.03,91 и Холланд — 15.04,66 (оба быстрее прежнего рекорда).

Через год после Олимпиады в Монреале мне удалось дважды обновить рекорд Европы: зимой — 15.27,04 и летом — 15.16,44. В августе 1978 года на чемпионате мира в Западном Берлине я с трепетом ждал встречи с Гуделлом, но американец не вышел на старт, и мне пришлось в одиночку бороться с секундной стрелкой (остальные финалисты, и в их числе американец Хаккет, после первых 500 метров отстали). 1400 метров я шел, опережая график Гуделла, но мой «запас» перед финишем истощился, и повторить монреальское время Гуделла я не смог. Мне не хватило 1,6 секунды.

Итак, пять лет назад на Олимпиаде в Москве я сумел выплыть из 15 минут. Последователей у меня пока нет, но, возвращаясь в историю, нетрудно предположить, что новый рекордный взрыв может последовать очень быстро.

Удастся мне сделать следующий шаг или вперед шагнет какой-нибудь молодой пловец из новой волны? Предугадать это невозможно, но не приоткроют ли мне щелку в будущее цифры, которые удалось в свое время оживить, превратить с их помощью свою мечту в реальность?

Вот лежат передо мной три графика моих рекордных заплывов на дистанции 1500 метров. В каждом графике 15 строчек, в каждой строчке обозначено время, в которое мне удалось преодолеть очередные сто метров.

Вот и все. Цифры, цифры, цифры. Никакой поэзии. Но это только для непосвященного глаза, я же вижу за каждой строкой огромное

волевое напряжение, страстное желание выполнить расчеты тренера, претворить их в жизнь. В каждой цифре тщательно разработанного графика свой расчет и одно дело — все изложить на бумаге, а другое — перенести этот расчет на водяную дорожку. Ох как трудно это, какие требуются усилия, чтобы слить в единый результат все эти секунды, нигде не нарушить их внутренней гармонии.

Вот он, первый график, подготовленный к рекордному заплыву на Московской Олимпиаде. Первый километр за исключением стартовых ста метров я обязан проплыть, не выходя из пределов 60 секунд, после чего должен последовать четырехсотметровый финиш: 59,79; 59,87; 59,41 и, наконец, 58,05.

Все эти минуты и секунды тренерского расчета, сложенные вместе, и составили рекордный результат 14.58,27. А через два года наша задумка выглядела уже совершенно иначе — второй и третий стометровые отрезки решено было плыть в пределах тех же шестидесяти секунд, затем должен был последовать стометровый рывок, снова уменьшение скорости до 60,13, потом затяжной трехсотметровый спурт, снова уменьшение скорости на протяжении пятисот метров, а затем — 59,52 и последние сто метров за 57,69. Как же надо было подготовиться, чтобы последние сто метров пройти с максимальной скоростью! Пройти и не задохнуться, не сдаться, победить с новым рекордом 14.56,35.

А еще через год в том же бассейне спорткомплекса «Олимпийский» мы осуществили третий удачный штурм мирового рекорда, и график на этот раз оказался еще более гибким, изощренно перемежающимся — четыре стометровки (кроме первой) в пределах 60 секунд, пятая — 59,9, две следующие — снова в пределах минуты, снова те же 59,9, снова снижение скорости до 60 секунд и, наконец, уже проведенный ранее четырехсотметровый рывок, завершившийся еще более стремительным, чем в предыдущих заплывах броском (57,3), который фактически и обеспечил новый мировой рекорд 14.54,76.

Об очень многом говорят мне эти цифры. Многие помогают вспомнить, на многое настроиться. Но вот что интересно: раньше я смотрел на эти претворенные мною в жизнь графики как спортсмен, но в последнее время я все чаще изучаю эти цифры, их взаимодействие как тренер. Меня все больше интересует логика расчетов Игоря Михайловича, тактика и стратегия нового рекорда, слияние отдельных отрезков в одно целое.

А как бы я составил рекордный график нового заплыва? Есть ли у меня возможность в ближайшее время вырваться из графика, рассчитанного на 14 минут? Что надо для этого сделать? Если не мне, то какому-нибудь молодому пловцу?.. Каким я вижу своего будущего ученика?

Да, я все чаще смотрю не на цифры, а на людей, которые призваны их претворить в жизнь. Меня все больше интересует тайное тайных тренерского творчества. Именно творчества, а не труда.

Мы все глубже проникаем в тайны человеческого организма, постигаем секреты биохимических и психофизиологических показателей, неразрывно связанных с двигательной деятельностью атлета. И чтобы добиться еще больших успехов, необходимо включить в орбиту тренерской деятельности результаты самых современных инструментальных методов исследования.

Сейчас я, учась в аспирантуре, занимаясь анализом совместного труда тренера и его учеников и все больше убеждаюсь в правильности своих догадок: необходим прежде всего научный отбор спортсменов и постоянное научное управление тренировочным процессом. Только тогда мы сможем преодолеть фантастические, на сегодняшний взгляд, рубежи.

В мае 1985 года советская сборная побывала в ГДР. Совместные тренировки стали традицией. Правда, преодолевать запланированные многокилометровые дистанции по одной дорожке с немецкими пловцами нам не приходилось, но вот жить рядом по единому распорядку, знакомясь друг с другом, случалось довольно часто.

Рейс Берлин — Москва привычный для меня. Однако каждый раз, устраиваясь в удобном кресле самолета, я испытываю волнение, словно возвращаюсь из первой своей поездки. За два с лишним часа полета можно о многом вспомнить, о многом подумать. Позади был один из самых сложных этапов подготовительной работы перед серией ответственных соревнований. К сожалению, в который раз я оказался без спарринг-партнера. В апреле Игорь Михайлович предложил мне в напарники 20-летнего Олега Цветкова, и мы пару недель плавали «рука в руку». Спокойный, уравновешенный по характеру, в спарринге Цветков оказался весьма удобным партнером. Не знаю, в какой мере ему были полезны такие тренировки, мне же они позволили сохранить определенный запас нервной энергии. Но, к сожалению, Олег в ГДР поехать не смог.

Моя тренировочная скорость теперь никого не удивляет. Тем более что она несколько снизилась, и Кошкин вопреки своему правилу (помните лозунг в «Экране»: «Секундомер — враг спортсмена») иногда берет в руки хронометр и проверяет, насколько нагрузка влияет на время прохождения отрезков. Но план планом, а большие нагрузки все же дают о себе знать гораздо острее, чем раньше. Поэтому необходимо очень внимательно относиться к отдыху. Для меня лучший отдых возможность снять усталость — это «уйти в себя». А раз так, лучшее средство — рыбалка. Провести пару часов с удочкой у воды, что может быть лучше. Особенно в компании Леши Марковского.

Звонки из дома для меня крайне важны и прекрасно снимают напряжение. Марина даже за тысячу километров, как она утверждает, чувствует мое настроение. И стоит мне загрустить, как в телефонной трубке слышу ее ободряющий голос. Марина — мой главный помощник, и если позволяют обстоятельства, она обязательно рядом. Так, она настроила меня на учебу, и при полном дефиците времени я все-таки перебрался «на второй год» аспирантуры.

В Линдове под Берлином перерыв между тренировками был всего три часа. Дома можно было бы спланировать день по-другому, но тут мы находились в общем графике и никто перекраивать его для нас не хотел. Уверен, подобные ситуации позволяют спортсменам проверить себя на психологическую устойчивость, на умение абстрагироваться от внешних факторов.

Сколько раз, участвуя в различных чемпионатах и турнирах, мы оказывались не в лучших условиях. Так случилось в Эквадоре, на чемпионате мира, где в часы отдыха и сна над нашим домом ежеминутно взлетали самолеты, так было и в Риме, на чемпионате Европы, когда мы изнывали от духоты и тратили часы на дорогу от гостиницы до бассейна.

В 15 лет, будучи уже мастером спорта, я не всегда знал, как быстро найти правильный «ход», как рациональнее распорядиться временем. Уже в 20 лет я старался не тратить лишних сил на ненужные разговоры и действовал, как правило, по обстановке, интуитивно выбирая самый оптимальный вариант. И сегодня все больше понимаю, как мало времени отпущено спортсменам, как короток их век в большом спорте. С новой силой я ощущаю бесценность каждого года, каждого месяца, часа и даже минуты, проведенных в погоне за временем.

Более педантичных и рациональных специалистов по плаванию, чем в ГДР, я не встречал. Все их долгосрочные программы постоянно воплощаются в конкретные результаты. В Линдове я наблюдал за группой юных мастеров. Даже по внешним данным рослые, но при этом легкие, быстрые и гибкие — они во многом превосходят сегодняшних чемпионов. А ведь таких пловцов, как Лодзиевский, Берндт, Рихтер, «малютками» не назовешь, да и таланту им не занимать, не говоря уже о титулах. Отбор в юношескую сборную ГДР проходит регулярно, и каждое новое поколение лучше предыдущего.

Изучая будни пловцов ГДР, я не раз задумывался о том, что происходит в родных пенатах. Вспоминаю, как трудно было попасть в бассейн, когда я начинал заниматься плаванием, не было отбоя от желающих, и водные дорожки никогда не пустовали. Не пустуют они и теперь, но как мало хороших пловцов вырастают в детских школах. Мне не раз приходилось видеть, как юные пловцы по несколько часов «гоняют воду» ради того, чтобы выполнить тренерский замысел и обязательно наплавать десять, а то и пятнадцать километров.

Уверен, уровень подготовки и возраст этих ребят не требует столь длительной работы в воде. Гораздо полезнее для них была бы игра и общая разносторонняя физическая подготовка на суше. Не случайно у нас многие дети крайне быстро теряют интерес к занятиям плаванием.

Теперь доказано, что чем позднее юный пловец включается в целенаправленную подготовку, тем выше и стабильнее будет уровень его результатов. В марте 1985 года олимпийский чемпион Сергей Фесенко (он сейчас аспирант) опубликовал в «Спорте за рубежом» интересные данные, еще раз подтверждающие на примере выдающихся пловцов мира нецелесообразность ранней специализации, погони за сенсационными результатами. К мировым высотам надо подходить постепенно, тогда можно на них удержаться не один сезон.

Вот над чем я размышлял, возвращаясь из Берлина после совместных тренировок с замечательными пловцами ГДР. Да, мне повезло, я попал в руки умного, мыслящего тренера, который не торопил меня и постепенно подводил к высотам. И вот в итоге я не собираюсь выходить из воды. Мне 25 лет — возраст, когда за плечами достаточно большой опыт. Но не окажусь ли я в положении чемпиона, который пытается продлить свой век за счет старого багажа? Сейчас, принимая решение не покидать дорожки бассейна, я уверен, что не окажусь, ведь я по-прежнему тренируюсь по «схеме Кошкина», а она, как известно, на удержание не работает.

Да, легкой воды не бывает.

Литературная запись С. Белиц-Геймана.

**В СЕРИИ «БИБЛИОТЕКА «ОГОНЕК» В 1984 г.
ВЫШЛИ СЛЕДУЮЩИЕ КНИГИ:**

1. С. ВАСИЛЬЕВ. Россия. *Стихи.*
2. А. АЛЕКСИН. Ночь перед свадьбой. *Повесть и рассказы.*
3. А. ГОВОРОВ. Свидание. *Стихи.*
4. Б. ПРИВАЛОВ. Необычайные приключения хорошо сшитого костюма.
5. В. ДЕСЯТЕРИК. Обращаясь к ленинской мысли.
6. Е. ВИНОКУРОВ. Космогония. *Стихи.*
7. А. ИВАНОВ. Повесть о несбывшейся любви.
8. А. АЛЬ-ХАМИСИ. Любимая! Когда б они смогли... *Поэмы.*
9. С. ШЕРИПОВ. Волшебная дорога.
10. С. ПОДЕЛКОВ. Ожидание журавлей. *Стихи.*
11. В. ЛАЗАРЕВ. Уроки Василия Жуковского. *Очерки.*
12. Я. МАКАРЕНКО. Высшая проба. *Очерки.*
13. М. КОЛОСОВ. Костер. *Рассказы.*
14. Б. МАРБАНОВ. Шакалы в стае волков.
15. К. БАРЫКИН. Монолог некапризного покупателя.
16. Л. ЛЕНЧ. Она была красивая женщина. *Повесть и рассказы.*
17. Н. СКАТОВ. Русский гений.
18. С. ВИШНЕВСКИЙ. Сенокос. *Стихи. Перевод с марийского.*
19. И. ШТОК. В небе моей юности. *Рассказы драматурга.*
20. М. ШЕВЧЕНКО. Дорога через руины. *Повесть.*
21. В. ПОВОЛЯЕВ. А вам встречались в жизни чудачки? *Рассказы.*
22. ТУРАБ ТУЛА. Слово старого чинара. *Стихи. Перевод с узбекского.*
23. Ю. КАРЯКИН. Достоевский.

24. Э. РАНДРИАМАМУНДЗИ. Утро придет. *Перевод с малагасийского.*
25. Н. РОДИЧЕВ. Городищенский парень. *Рассказы.*
26. В. МАРЬЯНОВСКИЙ. Романс для буренки. *Юмористические рассказы.*
27. Г. РАМАЗАНОВ. Покоя нет. *Стихи.*
28. А. ЛИХАНОВ. Нежеланные, или мать чужих детей.
29. Л. ШИШКИНА. Истоки. *Стихи.*
30. В. КОЧЕТОВ. Памятник другу. *Рассказы.*
31. В. НИКОЛАЕВ. Американские парадоксы. *Очерки.*
32. И. МЕСХИ. Проблемы, проблемы!..
33. А. КРИВИЦКИЙ. Злоба дня и вечность.
34. Ю. ГРИБОВ. Бредень в мелкую ячейку. *Повесть и очерки.*
35. М. БЕЛЯЕВ. Бронник древних ливен. *Стихи.*
36. А. ПАРПАРА. Раздумье о Родине. *Стихи.*
37. И. ПИРОГОВА. Ты и никто другой. *Очерки и статьи.*
38. Е. ЕВСЕЕВ. Палестинцы — непокоренный народ.
39. Ю. НОВИКОВ. Улица полна света. *Рассказы.*
40. Ю. СЕМЕНОВ. Пересечения. *Повесть и рассказ.*
41. Р. ЛИХАЧ. Впереди было лето... *Рассказы и очерк.*
42. Е. РЯБЧИКОВ. За горизонтом — горизонт. *Рассказы и очерки.*
43. А. ШЕВЕЛЕВ. Всем сердцем. *Стихи.*
44. Т. КАЛУГИНА. Пути восхождения. *Книга о Н. К. Рерихе.*
45. А. ЖАРОВ. Весне навстречу. *Стихи.*
46. Е. ОСЕТРОВ. Записки старого книжника.
47. Г. САФИЕВА. Ради тебя. *Стихи.*
48. В. ЗАХАРЧЕНКО. Моя кардиограмма. *Стихи.*
49. Н. ЛЕЙКИН. Театральные портреты.
50. М. АНГАРСКАЯ. Всепобеждающая жизнь. *Воспоминания о Вс. Вишневском.*
51. М. КОТОВ. Доброе имя. *Очерки.*
52. С. ФЛОР. Часы не остановлены. *Статьи и этюды о шахматистах.*

Владимир САЛЬНИКОВ

НЕЛЕГКАЯ ВОДА

Редактор В. Я. Виктор о в

Технический редактор О. Н. Л а с т о ч к и н а

Сдано в набор 05.05.85. Подписано к печати
05.07.85. А 04589. Формат 70×108¹/₃₂.
Бумага газетная. Гарнитура «Школьная».
Усл. печ. л. 2,10. Учетно-изд. л. 3,05.
Усл. кр.-отт. 2,28. Тираж 85 000 экз.
Иад. № 1643. Зак. № 751. Цена 20 коп.

Ордена Ленина и ордена Октябрьской
Революции типография имени В. И. Ленина
издательства ЦК КПСС «Правда». 125865,
Москва, А-137, ГСП, ул. «Правды», 24.

УСЛУГИ СБЕРЕГАТЕЛЬНЫХ КАСС

● **Сберегательные кассы предоставляют гражданам возможность надежно, выгодно и удобно хранить свои сбережения и совершать расчетно-кассовые операции.**

Сберегательные кассы:

— принимают наличные деньги во вклады и выдают их по первому требованию вкладчиков. Получить вклад можно не только в сберегательной кассе, в которую он был внесен, но и в центральной сберегательной кассе. В ряде республик и областей страны вкладчик может получить часть своего вклада в любой сберегательной кассе данного города или района. Пополнить вклад можно в любой сберкассе страны;

— производят зачисления на счета по вкладам перечисляемых предприятиями и организациями сумм из причитающихся трудящимся денежных доходов;

— производят по поручениям вкладчиков безналичные расчеты за квартиру, коммунальные и другие услуги как в разовом порядке, так и в течение продолжительного времени;

— переводят вклады из одних сберегательных касс в другие;

— принимают от населения добровольные взносы в Советский фонд мира, на сооружение в г. Москве памятника Победы в Великой Отечественной войне 1941—1945 гг.

— продают и покупают облигации Государственного внутреннего выигрышного займа 1982 года;

— выплачивают выигрыши по облигациям государственных займов и лотерейным билетам;

— выдают и оплачивают аккредитивы;

— выдают расчетные чеки для расчетов населения с предприятиями государственной и кооперативной торговли за промышленные товары, а также услуги, оказываемые гражданам предприятиями общественного питания и бытового обслуживания по предварительным заказам, стоимостью 200 рублей и выше;

— выполняют ряд других операций.

Сберегательные кассы к Вашим услугам!

ПРАВЛЕНИЕ ГОСТРУДСБЕРКАСС СССР