

Котласская спортсменка вошла в сборную России



Ольга СУВОРОВА

Фото предоставила А. МОКЕРОВА

С 3 по 6 марта в Екатеринбурге состоялся 14-й чемпионат России по армспорту. Котлашанка Анастасия Мокерова, студентка четвертого курса СГМУ, заняла третье место в выступлении на левой руке, по сумме двух рук - пятое и вошла в резерв сборной России для участия в чемпионатах Европы и мира, которые пройдут летом и осенью этого года.

- Если честно, в шоке была. Не ожидала, что так успешно выступлю. Ехала, что называется, для себя. Впервые в таком значимом соревновании участвовала, - рассказывает Анастасия. - Многие спортсмены по неслучайно раз выступают, и успехов далеко не сразу достигают.

У Анастасии это первая

крупная спортивная победа. За плечами девушки лишь участие в областных соревнованиях. Впрочем, заниматься армспортом котлашанка начала всего два года назад, будучи студенткой второго курса медакадемии. В тренажерном зале ее разглядел тренер, отметив, что у Насти высокие силовые показатели.

- Так что все случайно получилось. Хотя не заметить меня было сложно - многие девушки берутся за штангу, - улыбается Настя. - Решила, что позанимаюсь, посмотрю, и - втянулась.

Как и большинство видов спорта, армреслинг тоже травмоопасен. Можно и локоть, и плечевую кость сломать. Поэтому спортсменов сразу же технике обучают. Для того чтобы не было травм, у атлетов серьезные силовые тренировки, направленные на укреп-

ление мышц плечевого пояса. А на состязаниях судьи внимательно следят за поединком и могут даже прекратить его, увидев опасность для здоровья соревнующихся.

Одной силы для победы мало, признается Анастасия. Главное в этом виде спорта - упорство.

- Съездила на соревнования России среди вузов, и результат был весьма печальный, - рассказывает котлашанка. - Даже хотелось бросить все. Но продолжила тренировки.

На каникулах, когда Настя возвращается из Архангельска в Котлас, она тренируется в клубе «Апполон». Тренеры помогают спортсменке, подсказывают, исправляют ошибки.

Бросать армреслинг девушка не собирается, по крайней мере до конца учебы. А это еще два года. Так что впереди у Анастасии еще немало выступлений и, конечно, побед. Сама же Настя надеется, что сможет принять участие в чемпионате Европы по армспорту, потому что включение в резерв сборной России - это хороший шанс попасть на эти соревнования.

У будущего медика хватает времени не только на учебу, но и на спорт.