

УДК 796.92:929
ББК 75.719.5
3-13

Заварзина А.И.

3-13 Неспортивное поведение. Как потерпеть неудачу и не облажаться / Алёна Заварзина — Москва: Издательство АСТ, 2021. — 320 с. — (Звезды спорта).

ISBN 978-5-17-106076-3

Как же в спорте было классно и весело. У меня всегда все получалось с первого раза. Я была прирожденной чемпионкой.

Эта история не начнется с этих слов, поэтому если вы хотите читать только про триумфы и победы и не готовы слышать правдивую спортивную историю, одобренную моим фирменным мрачным юмором — отложите книгу.

Моя мама с детства мне говорила — никто не обещал, что будет легко. И она была права, так и оказалось. Мне не удалось победить гравитацию, я не из железа, я не легенда и не народное достояние. И все же за 18 лет своей спортивной карьеры я выжала из этой истории по максимуму. Об этом я и расскажу.

УДК 796.92:929
ББК 75.719.5

ISBN 978-5-17-106076-3

© Алёна Заварзина, текст, 2021
© ООО «Издательство АСТ», 2021

ДИСКЛЕЙМЕР

Как же в спорте было классно и весело. У меня всегда все получалось, с первого раза. Я была природной чемпионкой.

Эта история не начнется с этих слов. Если вы не готовы на грустную музыку с вкраплениями мрачного юмора — положите книгу, откуда вы ее взяли. Моя мама с детства мне говорила — никто не обещал, что будет легко. И она была права, так и оказалось.

Учитывая, что в спорт я не собиралась, а сноубординг — не самый валютный вид, я выжала из этой истории по максимуму. Однако мне не удалось победить гравитацию, я не из железа, я не легенда и не народное достояние. Все же я попыталась получить некоторое удовольствие от спортивной карьеры. И эта история о том, как я смешивала бизнес и удовольствие на протяжении 18 лет.

Подождите, для начала мне нужно кое-что сказать для тех, кто думает, что все, что напечатано на бумаге, — это факт. Я воспользуюсь словами Адама Кертиса:

«Эта книга представляет собой набор моих воспоминаний и убеждений, которые многие назовут спорными. Соответственно, это мои личные убеждения. Повторю, личные убеждения. Это убеждения человека. Это не набор фактов, высеченный на бетоне большим, сверяющим факты компьютером. Не диссертация, не доклад. ЭТО ЛИЧНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ. Хорошо? Вы готовы?»

И еще. Пожалуйста, никогда не рассказывайте мне, как у вас после «прошлого раза на сноуборде так жопа болела». Спасибо.

МИКРООЩУЩЕНИЯ

Я стою под душем после долгого дня на склоне. Абсолютно не чувствуя ступней. Я вижу, как стекает горячая вода. Постепенно начинаю чувствовать пальцы ног, и сначала они ужасно болят, как будто в них тысяча иголок, потом горят, потом отходят.

Я на морозе отрываю с лица кинезио-тейп вместе со слоем кожи себе назло. Я трогаю рукой жесткое покрытие трассы, и снег в руке рассыпается на холодные гранулы. Я чувствую знакомую тяжесть, когда одной рукой распределяю вес доски в ладони и как холодный кант впивается в пальцы, а из-под пластины стекает ледяная вода.

В ски-руме я ставлю мокрую доску на резиновый коврик с такими круглыми отверстиями, сначала одним краем она впивается в него, потом другим. Я знаю, насколько доска тяжелая и что она точно сломает мне палец ноги даже через кроссовки, если я выроню ее, потому что так уже было, но на этот раз я точно пойду делать снимок.

Неровная колея в стартовых воротах, которую я притаптываю доской и проверяю скольжение вперед-назад, и дышу очень медленно.

Холодный воздух и мелкая снежная пыль, садящаяся на лицо, когда кто-то проезжает мимо меня по трассе. Адреналин последних двух ворот и финишный створ.

Боль, когда я смотрю, как кто-то поднимается на пьедестал, а сама стою в толпе.

Когда мне не хватает рук для кубка, букета и медали, когда я все-таки оказываюсь на нем.

Я чувствую на себе шерстяное термобелье, тонкий скользкий пуховик, куртку и номер. Их всегда делали слишком маленькими, и все немного неловко и сковывает движения. Я на старте поправляю маску, чтобы воздух не охлаждал лоб, подтягиваю застежку шлема до упора.

Все эти микроощущения.

Уверенность доски в жестком снегу, и скорость, и нарастающее давление. Когда ты ловишь ритм и ускоряешься с каждым новым поворотом, а вокруг пролетают сосны и в ушах играет музыка.

Мягкий снег, пушистый снег, слегка мокрый снег, очень мокрый снег, жесткий с ледяными го-

рошинами, сахарный снег, медленный с пылью, серый новосибирский снег, всепрощающий, как будто из мела, снег Колорадо, скользкий и влажный австрийский снег, непонятный и непредсказуемый снег Кореи.

Я пакую в рюкзак сначала ботинки, застегивая все клипсы, затем маску, чтобы ремешок торчал из мешка и не царапал линзу, кладу ее в шлем, щитки по сторонам, куртку, термос, пакет с протеиновой смесью, перчатки, номер, застегиваю за тугую длинную веревку замок и с размаху поднимаю 10 кг на плечо.

Укладываю пять досок в машину очень аккуратно, стараясь не поцарапать их креплениями, сверху кладу для веса рюкзаки, чтобы они не мотались по багажнику.

Холод автомобильного кресла, чищу лобовое стекло циклей и вбиваю маршрут доочередного бергбана.

Очередь Кубка мира в Саас-Фе, где я медленно переваливаюсь в лавине из лыж, палок, досок, шлемов, костюмов и национальных флагов из одной станции в другую, в сырое метро, в набитый вагон, вверх по тяжелым ступеням на 3000 метров, и опять негде сесть.

Даже не хочется объяснять, как это чувствуется, тем, кто очень далек от спорта и сразу закаты-

ваит глаза при одном упоминании, и в голове у них играет хари кришна.

Когда я думаю о сноуборде, я не думаю о друзьях и отпуске. Я не думаю об апре-ски, курортах. Не думаю о славе и медалях. Я думаю обо всем этом потоке ощущений, который не так уж важен для вас, но являлся моей жизнью последние 20 лет. Возможно, вас это вдохновит.

Я НИКОГДА НЕ БЫЛА ОСОБЕННО СПОРТИВНОЙ

Вообще, я никогда не была особенно спортивной. В детстве, когда меня спрашивали, кем я хочу стать, я называла какие угодно профессии, кроме спорта — визажист, художник, актриса, певица (в общем, звезда), директор. По сути, меня всегда интересовали творческая работа, руководящие роли и общественное внимание. Спорт я считала профессией для людей не особо выдающегося ума. Потому что в детстве все черно-белое — либо ты умный, либо спортивный.

На первых соревнованиях по художественной гимнастике я три раза умудрилась потерять мяч. Когда все стояли на награждении и мягкие игрушки уже раздали, я в последней надежде ждала хотя бы грамоту за участие. Это стандартная практика. Я никогда не любила соревнования. Я так старалась, но приз за старание всегда доставался самым маленьким, самым милым девочкам. Которые, ско-

рее всего, никогда не получили бы призов при другом раскладе. Все это понимали и делали скидку.

Я всегда попадала мимо скидок. Не самая маленькая, не самая большая, не самая гибкая, быстрая или сильная. Я всегда была где-то в середине. Даже в классе, на физкультуре, я оказывалась далеко не первой, кого выбирали в команду по волейболу.

Это так унижительно, когда тебя всегда выбирают одной из последних.

С гимнастикой я рассталась достаточно быстро. Я списала свои неудачи на то, что у меня не было подходящего снаряжения. Мне было 5 лет, это был 94-й год, в России начали появляться первые силиконовые перламутровые мячи и классные ленты. У меня был резиновый мячик в полоску. Ладно, до лент я так и не дошла. В пять лет я впервые оценила значимость хорошего снаряжения. Как мне потом говорила мама, больше всего на тренировках я любила болтать с подружками. Когда меня забрали с гимнастики, я не сильно расстроилась.

В школе я не отличалась успехами на физкультуре, более того, у меня часто было освобождение. Одна учительница физры меня просто ненавидела, что не добавляло моей любви к спорту. Один раз меня взяли бежать 1 км за школу. Было холодно. На старте толпился народ, в воздухе чувствовалось напряжение. Дали старт, и все

устремилась на дистанцию, и, конечно же, через 20 метров от старта у меня развязался шнурок, об меня спотыкались люди, я занервничала и пробежала так себе. За такую панику не люблю массовые забеги. Кровь пульсирует в ушах, пот стекает по шее, она быстро замерзает, и тебе кажется, что ты не слышишь.

Следующей попыткой влиться в массовый спорт было плавание. «Дельфин», «Нептун», «Сибсельмаш». Я люблю эти названия. Я ходила во все три бассейна. Ни в одном не прижилась. Из «Дельфина» меня выгнали за то, что я прыгнула в бассейн до появления тренера.

Это вопиющее нарушение правил поведения. Я спасала упавшие в бассейн доски для плавания. Моих усилий не оценили, и это был мой последний раз в этом бассейне. У меня сразу не сложилось с подчинением авторитету. Мне было очень обидно.

Горные лыжи я попробовала в высоких Татрах, когда мне было 7 лет. Все три недели ожидания поездки сопровождалась тревожными разговорами о снаряжении. Или о снаряге, как это было модно называть в девяностые. Снаряга была не у всех. Мои родители собирались купить ее в Словакии, по совету их более опытных друзей. У тех снаряга уже имелась, и они обсуждали ее достоинства. Часто использовалось слово «топовая модель». До

меня быстро дошло, что большая часть спорта — это понты. Мою снарягу, естественно, брали на прокат, потому что, когда ты маленький, тебе вообще нет смысла покупать что-то свое. Может быть, это мелочно, но я всегда хотела иметь красивый комбинезон для катания, классный шлем. А получилось не совсем так.

Лыжный стиль меня удручал, все было неудобное. Меня даже бесил не сам факт того, что я не умею кататься и регулярно падаю с бугеля, а свой внешний вид. В ботинках невозможно ходить, носки всегда мокрые, очки сползают и в них ничего не видно, шерстяной свитер колется. Позднее, когда я начала кататься на сноуборде, я узнала, что можно одеваться по-другому. Но хочу отметить важный факт — внешний вид всегда много для меня значил, и я еще к этому вернусь.

На тот момент я ни разу не видела настоящих гор, не считая гор у Иссык-Куля. Поэтому на пути к Štrbské Pleso я старалась увидеть горы в окне автобуса. Там были только огромные сказочные ели. У меня было ощущение, что я в спектакле «Щелкунчик». Везде был снег.

Увидев утром какой-то пик, я начала представлять, как спускаюсь по нему на лыжах. Я мысленно прочерчивала себе линию, смотря в окно. Сам принцип катания был для меня неясен. Я не знала,

что, скорее всего, не буду спускаться между скал и что на вершину меня вообще не возьмут. Вопросов я не задавала. Естественно, взрослые сами не умели кататься. Меня сдали в школу, которая мне не нравилась. Я тормозила, зарываясь перчатками в снег или въезжая в сетку. Время тянулось бесконечно. Лучшее, что случилось со мной за весь день, — это картошка фри, кола и мороженое корнетто, которого в Новосибирске еще не продавали.

Потом меня сажали в трамвай, направляющийся к стоянке, и говорили, что «вон тот дядя за тобой присмотрит». В среднем я проводила по три часа в автобусе, когда все остальные катались на «вершине». Ни разу там не побывав, я мысленно проигрывала возможные сценарии того, как взрослые там катаются. Жгут. На топовых моделях. Я представляла, как они спускаются между скал, и не могла поверить, что они могут так кататься. Также я представляла себе, как сын маминого супруга, которого брали с собой и который был на два года старше, ломает себе руку. Я надеялась, что если очень сильно на этом сосредоточусь, то это и правда произойдет. Так было на протяжении всей недели, и в конце отпуска я решила, что научусь кататься так, что никого не буду брать с собой. (И руку он потом тоже сломал.)

Мое возвращение на снег случилось в возрасте десяти лет. Было сразу очевидно, что в спортивные секции мне путь не лежит. Сноуборд подкрался ко

мне как троянский конь — под предлогом «образа жизни». Обещали забавы, развлечения на воздухе и приятное времяпрепровождение. Спортом там не пахло. Часто употреблялись слова типа «фестиваль» и «прыгать трюки». Кстати, первый раз я увидела, как на сноуборде катаются в Ключах, и как раз в тот день был какой-то фестиваль и люди прыгали трюки вверх ногами с трамплина. Прикольно, подумала я. Тоже так хочу. Это были мамины друзья. Они открывали школу сноуборда в Новосибирске и проводили набор детей.

В начале сезона нас собрали в гимнастическом зале «Спартака» и учили прыгать на трамплине, делать стойки на руках и прочей гимнастике. Пахло гимнастическим залом, то есть детством в художественной гимнастике. У меня начало закрадываться подозрение, что меня дурят. Но скоро выпал снег, и мы приступили к обещанным забавам на свежем воздухе.

Сначала нас было около 10 детей. Три раза в неделю нас забирал микроавтобус на речном вокзале, и мы ехали час за Академгородок. Там был небольшой склон, около 400 метров, очень пологий и с натуральным пайпом (разновидность трассы для сноуборда). Нас учили поворачивать, и задача была повернуть 8 раз на этом склоне, и потом ты можешь пойти прыгать с пирамиды. Никто не хотел поворачивать, все хотели прыгать. Этот тренд сохранился и по сей день.

Я была одной из немногих девочек, и конкуренция была очень низкая. У меня сразу начало получаться, и я ощущала себя в нужном месте. В мой первый сезон я съездила на несколько фестивалей, где давали мягкие игрушки не только за победу, но и за участие, за самый красивый спуск, волю к победе, самому маленькому участнику — в общем, все номинации, в которые я попадала. Потому что соревнования я не выигрывала. С этим ложным ощущением победы я продолжала заниматься. Но больше всего мне нравилось уезжать в лес. Я не могла поверить, что человек может быть настолько свободен.

По пути на первый фестиваль в Шерегеше нам объяснили правила участия в соревнованиях и нарисовали схему на бумажке. Слалом — это когда объезжаешь флажки. Самый быстрый выигрывает. Трамплин или пирамида — это лучший трюк по трем попыткам. Бордеркросс — это страшно и непонятно, много человек едет одновременно по препятствиям. И самое интересное — фрирайд. Все собираются на вершине горы, и внизу в лесу разжигают костер, и все едут на этот дым. Кто быстрее приедет, тот выиграл.

На старте слалома меня познакомили с членами сборной России по сноуборду. Напомню, это был 2000 год. Я в первый раз увидела Свету Болдыкову, Олю Голованову и Стаса и Дениса Детко-

вых. Они казались мне богами. Я пыталась представить, сколько нужно тренироваться, чтобы так кататься. Эти ребята начинали с горных лыж и перешли на сноуборд с уже имеющейся базой, и сразу на жесткие доски. Они производили впечатление. Особенно Стас, который делал сальто, прогнувшись на жесткой доске. Естественно, ребята разгромили нас, любителей, в щепки. Я даже не помню, сколько минут было отставание. Меня, впрочем, дисквалифицировали, потому что я финишировала не в тот створ. Первый DNF¹. Как это мило. С трамплином все было поинтересней. Я заняла второе место и почувствовала уверенность в себе. Фрирайд выиграли ребята из сборной, но по слухам, они срезали под канаткой. Как нехорошо. Маленький урок большого спорта.

Мой первый тренер — Юлия Цвайгбоим — привозила с собой видеокассеты с записанными поверх обычных фильмов сноубордическими видео. Нам рассказывали про культуру сноубординга и известных райдеров. Джиджи Руф, Терье Хааконсен. Я помню фильм Бертон с молодым Шоном Уайтом, где ему всего 11 лет — «смотри, как паренек мочит, он всего на два года старше тебя!» Это была такая мотивация. Доступа к интернету тогда не было, чтобы смотреть контент по запросу, поэтому это видео отложилось у меня в голове.

¹ Did Not Finish, отметка в протоколе, когда спортсмен не финиширует.