

ШЛЯХ ДО УСПІХУ

Нещодавно в єгипетському місті Луксорі відбувся Чемпіонат світу з пауерліфтингу та жиму лежачи серед спортсменів з вадами зору. Він став тріумфальним для нашої землячки, майстра спорту міжнародного класу, чемпіонки світу Світлани Коробкової. На цих змаганнях Світлана виборола дві золоті медалі і вдруге стала чемпіонкою світу.

Пауерліфтинг називають спортом для мужніх. Й ми вправі пишатися тріумфом нашої землячки. Світлана з великою радістю приймає нині вітання не лише від рівнян, але й всієї Зарічненщини, де народилась і виросла, де живуть її рідні і близькі, друзі дитинства. Тож, без всяких вагань погодилась на це інтерв'ю. Звісно, найперше, що цікавило нас – **з чого розпочався її шлях в спорт? Чи уявляла собі коли-небудь раніше дівчинка із простої перекальської сім'ї, що стане чемпіонкою світу, матиме в своєму заліку не одну золоту перемогу і в її честь звучатиме на далекому континенті гімн України?**

- Такого собі уявити я не могла не те, що в дитинстві, а ще навіть шість років тому, - каже Світлана. - Бо до цього часу спортом я взагалі не займалась. Після закінчення Перекальської дев'ятирічки навчалась у Борівській ЗОШ. Так само не мріяла я і про вступ до вишу. Гадала, буду сидіти дома і все, куди мені з моїм зором і першою групою інвалідності вирива-

позиції, а потім зважилась, прийняла, дуже хотілось випробувати на собі, що ж це таке – пауерліфтинг. Перший раз, коли брала штангу до рук, було, звісно, цікаво, я навіть присіла з нею, але не піднялася. Була повний нуль в цьому. 10 кг підняти мені теж не вдалося. Але я буваю вперта, тому вже не відступилася. Поступово Вадим Полюхович, який став моїм тренером, виробляв зі мною техніку присідання. В Інваспорті й досі висять мої перші показники: присідала з вагою 35кг, жим лежачи – 25кг, станова тяга – 60кг. Кожна участь у змаганнях була по своєму хвилююча. Перша моя медаль була здобута на Чемпіонаті України. Це було срібло. Згодом я стала чемпіонкою України і області. 27 грудня 2013 року виконала норматив та отримала посвідчення кандидата в майстри спорту. Старанним зусиллям на тренуваннях та при підтримці тренерів, 23 березня 2015 року виконала норматив й отримала звання майстра спорту України.

- Яка медаль, яка перемога для вас найважливіша?

- Кожна медаль і кожна перемога є по своєму важливі. Вперше, коли я піднімалася на п'єдестал міжнародних змагань - Чемпіонату світу з пауерліфтингу та жиму лежачи, який проходив 11 грудня 2016 року в м. Аланья, Туреччина, враження та емоції були такими, що їх важко передати. Я - чемпіонка світу, тримаю прапор України в руках, співаю гімн України

◆ ЗНАЙ НАШИХ



- Чи пробували ви свої сили в інших видах спорту?

- Пропонували займатись легкою атлетикою – штовхання ядра, плаванням. Але я вірна пауерліфтингу.

- Які маєте захоплення в житті?

- Колись із задоволенням займалась художньою самодіяльністю. Співала в концертних програмах. Тепер спорт повністю заповнив моє життя. Спорт – моя робота, спорт – моє захоплення. Правда, ще люблю подорожувати та не завжди маю для цього можливість.

тися? Але через рік моє терпіння закінчилось, я зрозуміла: потрібно десь рухатись. Подала документи до РДГУ, на педагогічний факультет, за спеціальністю «Дошкільне виховання і логопедія». В університеті я мала навіть звільнення з фізкультури. А в кінці 4 курсу мені зателефонував наш земляк, тренер Рівненського регіонального центру Інваспорт Вадим Полюхович. Вони шукали людей з вадами зору, навіть з ДЦП, щоб запропонувати спробувати свої сили в спорті. Я відмовилась, бо якраз починались канікули й мені дуже хотілось додому. У вересні 2012-го Вадим знову зателефонував і я погодилась підійти в Інваспорт. Відразу ж познайомилась зі старшим тренером збірної України з пауерліфтингу серед спортсменів з вадами зору Андрієм Демчуком. Саме він запропонував спробувати себе в цьому виді спорту. Відразу відмахнулась від такої про-

- від щасття та гордості на очі наверталися сльози. З 1 січня 2017 року я офіційно є членом Національної збірної України з пауерліфтингу серед спортсменів з вадами зору. 14 листопада 2018 року вже вдруге взяла участь у міжнародних змаганнях Чемпіонату світу з пауерліфтингу та жиму лежачи в м. Луксор, де виборола два чемпіонських місця: золота медаль з пауерліфтингу, золота медаль - жим лежачи.

- І яка вага тепер по силі Світлані Коробковій?

- Присідаю з вагою 100 кг, вижимаю – 62,5 кг, станова тяга - 145 кг.

- Розкажіть про режим тренувань, харчування.

- Тренування проходять тричі на тиждень – це основні. Ще додатково займаюсь у тренажерному залі. Перед змаганнями проходять навчально-тренувальні збори, які тривають до 36 днів. Раніше вони проходили на параолімпійській базі в Євпаторії, тепер вона нам не доступна, тож займаємось в Рівному. Згодом планують відкрити параолімпійську базу на Львівщині. Режим харчування звичайний. Головне – тримати вагу до 75кг.

- Розкажіть про своїх рідних.

- Я з простої селянської родини. Мама – Галина Петрівна, тато – Леонід Валентинович. Все своє життя працювали в колгоспі, доярка і тракторист. Маю старші дві сестрички та брата. Дуже люблю їх всіх. Завжди і в усьому відчуваю їх підтримку. Хоча, коли сповістила їм, що мені запропонували займатись пауерліфтингом – всі одноставно були проти. Адже лікарі заборонили мені піднімати більше 5 кг. Та я від свого не відступилась. Тепер вони радіють моїм перемогам. І я дуже хочу подякувати своїм батькам та рідним за підтримку та віру в мене. Дякую також всім знайомим, друзям, односельчанам та землякам. Отримую й досі від них вітання з перемогою в Єгипті. Дуже дякую своїм тренерам - Вадиму Полюховичу та Андрію Демчуку, бо, завдяки їх старанням, їх зусиллям я пройшла цей шлях успіху: з нуля у спорті до титулу чемпіонки світу.

Готуючи інтерв'ю до друку дізнались, що 3 грудня в Перекальській ЗОШ пройшла зустріч учнів та вчителів школи зі Світланою Коробковою. До неї школярі приурочили святковий концерт, підготували цілу низку питань, відповіді на які хотіли почути з вуст своєї землячки-чемпіонки. В рамках зустрічі пройшли «Веселі старты», фотосесія. А ще Світлана презентувала для школи свої спортивні трофеї – Кубок, диплом та дві золоті медалі.

Галина ГАВРИЛОВИЧ

