



Как уже сообщал сайт ФЛГ ХМАО, 6 января югорский лыжник Александр Легков первым из россиян выиграл престижную гонку-многодневку «Тур де Ски». О деталях своей победы он рассказал нашему сайту.

- Александр, чем стала для тебя [победа в «Туре»](#) ?

- Я еще не до конца осознал, что выиграл «Тур де Ски». Но в любом случае это очень почетно. Сейчас немножко приятно, потихоньку приходит осознание. Но, думаю, надо еще максимум один день порадоваться победе, а потом забывать и двигаться дальше.

- Рассчитывал ли перед началом «Тура» на общую победу?

- О победе не думал. Но очень хотелось побороться за тройку. Потому что в том году не получилось побороться за пьедестал из-за одной предпоследней гонки, где случилась проблема со смазкой. В этом сезоне к «Туру» я подошел в хорошей форме, без болезней, выполнил всю тренировочную программу.

- А то, что перед «Туром» почти месяц не было серьезной соревновательной практики ([этап Альпийского кубка](#) не в счет), тебя не смущало?

- В том-то и дело, что после этапа Кубка мира в Куусамо (Финляндия) мы вообще не ускорялись. И тренер поставил передо мной задачу, что Альпийский кубок будет специальным тренировочным стартом. Никаких конкретных задач там не ставилось. Мне было там очень тяжело стартовать. Но через это нужно было пройти. Я никогда не выхожу на соревнования как на тренировку. Если я проиграю, то мне это будет крайне неприятно, я буду переживать. Но меня убедили, что чем-то надо жертвовать.

- На этапах «Тура» в Оберхофе и Валь-ди-Фьемме были сложные погодные условия, а соревноваться предстояло в классике. После прошлогоднего «залета» с лыжами на предпоследнем, классическом, этапе «Тура» страшно не было?

- В Оберхофе не было страшно, потому что там «Тур» только начинался. Кроме того, там

были правильно подобраны лыжи. В этом старте я был почти уверен. А в Валь-ди-Фьемме, конечно, я переживал и старался внутренне себя успокаивать. В масс-старте у меня был третий стартовый номер, как и в прошлом году... Что касается погодных условий, то я бы не сказал, что они были очень плохими. Просто было очень тепло. Надо было правильно подобрать смазку и лыжи. В прошлом году у меня были небольшие проблемы с лыжами «на тепло», потому что только начинал бегать на «Россиньолах». В этом году уже все хорошо.

- В масс-старте в Валь-ди-Фьемме, где на трех промежуточных отсечках разыгрывались бонификационные секунды, вы с Максимом Вылегжаниным показали лучший результат на второй и третьей отсечках. Он был первым на 6,9 км (заработал 15 секунд), а ты вторым (заработал 12 секунд). Затем вы поменялись ролями: на отсечке 11,9 км теперь уже ты стал первым и взял 15 секунд, а он – вторым. Это была командная тактика?

- Так спонтанно получилось. Мы в данном случае не договаривались. Каждый был сам за себя. Хотя в Валь-ди-Фьемме командная тактика у нас с другими ребятами была. Спасибо им. По ходу гонки мы общались. К примеру, Саша Бессмертных спрашивал, добавлять темп или нет. Когда ехал за Сергеем Турышевым, он хотел пропустить меня вперед и прикрыть Колонью.

- Как во время «Тура» складывались отношения с прямыми конкурентами в борьбе за победу – Колоньей и Нортугом?

- Да у меня с ними нормальные отношения были не только на «Туре», но и вообще. Я с ними всегда общаюсь хорошо – проблем никаких нет. Что касается поведения Нортуга, то мне нравится, как он себя ведет. Он молодец. Он очень сильный спортсмен. Для меня за честь выйти вместе с ним и вместе с Колоньей на старт. А уж если еще и обыграть, то я вдвойне счастлив.

- Кстати, по поводу поведения Нортуга. Норвежец пообещал перед стартом заключительного этапа спеть тебе гимн России за то, что ты получил 15-секундный штраф и облегчил ему, таким образом, погоню за тобой в горе. Спел?

- Нет. Мы с ним на разминке перед гонкой пообщались на эту тему, поулыбались. Потом поговорили про его обрезанный из-за жары комбез... Но на старте никто никому ничего не пел.

- А что там, кстати, случилось с этим штрафом? За что штрафнули? Почему сначала было 30 секунд штрафа, а потом вдруг внезапно они превратились в 15?

- Я вообще не знаю, откуда появилась информация про 30 секунд. У нас-то сразу была

информация про 15 секунд. Тем более, что я присутствовал на заседании жюри, куда меня вызвали сразу после гонки. Сначала спросили мое мнение по инциденту на финише. Потом мнение моего тренера. Потом нас попросили выйти. Совещание жюри шло 10 минут. Потом пригласили и сказали про 15 секунд штрафа. Не про какие 30 секунд речи не было изначально. Что же касается самого нарушения, то после гонки мне звонили FIS-делегаты, из команды звонили... Они все были крайне удивлены, что в моих действиях вообще было обнаружено какое-то нарушение. Я ничего в том моменте не нарушил. Мой тренер Рето, который никогда не идет ни на чьем поводе, тоже не видел никакого нарушения. Если бы оно там было, то он бы не стал даже спорить... По ходу всей гонки лыжи вне лыжни работали лучше, чем в лыжне. На последнем предфинишном подъеме я попробовал оторваться от преследователей. Но потом понял, что на спуске соперники меня накатят в любом случае. И мне просто нужно было принять мгновенное решение, как сохранить занятую позицию. Голова моя подсказала вариант с финишем вне лыжни. Это неправильно. Если бы я встал в лыжню, то был бы сто процентов в тройке, потому что сил у меня хватало. А потом меня начали бить по палкам, лыжам, и я просто не смог толкаться в полную силу. И, тем не менее, я не считаю, что что-то нарушил. Если бы я ушел вправо или влево, то встал бы кому-то на лыжи. За это бы меня точно сняли бы.

- После окончания гонки поговорили с Ангерером, который вроде как был главным пострадавшим из-за твоего финиша и начал толкаться?

- Да все нормально! Это же спорт. Я к этим толчкам отношусь очень-очень спокойно. Это спорт высших достижений. Все хотят победить. Поэтому какие тут могут быть обиды?! Даже если бы он обиделся или ругался – ну и ладно. Я адекватно отношусь к этим вещам, и проблем у меня никаких нет.

- Знаешь, читаешь тут новости про биатлонистов. Наши душа в душу живут с французами, норвежцами. Вместе что-то придумывают, участвуют в шоу-гонках. В лыжах же такое ощущение, что все друг другу готовы глотки перегрызть.

- Это только на трассе так. Там борьба, конкуренция очень высокая. Действительно, глотки друг дружке порвать мы готовы. А в простой жизни – все нормально. Все хотят с нашей небольшой группой общаться, тренироваться. Общаются, приходят в гости. Спасибо большое нашим тренерам, с которыми я сейчас работаю. Раньше такого не было. Нас не очень-то любили.

- Финальный подъем в Альп Чермис. Насколько тяжело было вскарабкиваться по сравнению с предыдущими сезонами?

- В этот раз было тяжелее только потому, что начинали подъем мы все вчетвером. И я об этом мог только мечтать. В прошлом году, кстати, думал об этом, очень хотел сравнить в реальной борьбе наши силы. И вот мои мечты сбылись. Сразу появился

мандраж, какие-то мысли полезли в голову, расклады... Что касается самой гонки, то я ее полностью контролировал. Потом видел, что ухожу. Мне нужно было дойти до конца, сохранить немного сил. Я сбавил темп, не думал уже ни о каком чистом времени. Я думал только о своей победе. Если бы с нами бежал Хельнер, то мне бы было намного тяжелее. Понятно, что я бы и с ним боролся, но убежать от него так просто, как от Колоньи, у меня бы точно не получилось бы.

- В горе ты на одном из участков немного сбился с курса. Показалось, что с разметкой в горе дела вообще обстоят крайне плохо. Есть такая проблема на «Туре»?

- В прошлом году на «Туре» в гонке между Тоблахом и Кортиной Колонья тоже сбивался с курса. Гора же – это вообще не чисто лыжегоночная трасса. Так что все в порядке. Я же просто не видел нанесенную разметку. Я работал на автомате. Хорошо, что меня направили волонтеры. Можно было, конечно, повороты как-то ярче выделить. Потому что гонка такая, что поднимаемся в гору мы только один раз в год – даже не тренируемся на ней.

- К слову, в Валь-ди-Фьемме через полтора месяца стартует чемпионат мира. Как тебе трасса?

- Трасса очень тяжелая. Но бороться можно. Загадывать же что-то тяжело. Для меня успехом будет просто медаль любого достоинства... Надеюсь, что сейчас мне удастся отдохнуть. Я даже специально не полетел в Россию, а остаюсь в Европе. Меня никто не напрягает. Нет никаких интервью, телевизионных эфиров. После награждения я пришел, спокойно лег спать. Единственное, что не очень хорошо спал, потому что эмоции переполняли... Я очень надеюсь, что это в будущем даст свой положительный результат. Я хочу попробовать как Колонья. В прошлом году после победы на «Туре» он поехал в хороший отель, ходил в сауну. Это принесло свои плоды. После «Тура» у него получилась суперкомпенсация, и на этапе Кубка мира в Эстонии он показал максимальный результат в классическом спринте. Он одновременным бесшажным ходом выигрывал вообще у всех в одну калитку! В идеале хотелось бы так.

- Бьорен и Йохауг уже заявили, что не поедут на предолимпийскую неделю в Сочи, чтобы лучше подготовиться к чемпионату мира. Ты поступишь также?

- Мы поедем туда. Потому что это наш, домашний, этап. Очень хочется выступить. Но опять же: я ничего не хочу загадывать.

- После «Тура» ты возглавил генеральную классификацию Кубка мира и зачет дистанционных гонок. Может, еще стоит замахнуться и на Хрустальные глобусы?

- В идеале хотелось бы выиграть вообще всё. Но опять же: ничего не хочу загадывать. Это очень тяжело – выиграть «Тур», завоевать медаль чемпионата мира, а затем еще и стать лучшим в общем зачете Кубка мира. Даже у Колоньи в сезоне 2010-2011 это не получилось. Так что нужно правильно расставить приоритеты. Для меня главный приоритет на данный момент – чемпионат мира.

- Тренер Ковальчик Александр Веретельный сказал, что в следующем сезоне Юстина не примет участия в «Туре» ради лучшей подготовки к Олимпиаде. Хотя «Тур» и будет состоять всего из шести этапов. Ты в сезоне 2009-2010 в предолимпийском «Туре» стартовал, но не окончил его из-за болезни. Как поступишь в следующем году?

- Я еще не общался с тренерами на эту тему. Как они скажут, так я и сделаю. Хотя мне бы, наверное, хотелось попробовать.

- Победой на «Туре» ты доказал, что не зря готовился последние два года за границей под руководством Рето?

- Конечно! На собрании команды после окончания «Тура» я уже сказал, что очень благодарен за эту победу министру спорта России Виталию Леонтьевичу Мутко, президенту нашей лыжегоночной федерации Елене Валерьевне Вяльбе. Они дали мне шанс тренироваться так, как я посчитал нужным. Спасибо, что они помогли мне, терпели, ждали. Я постараюсь и дальше оправдывать их ожидания.

- В конце прошлого года ты одержал еще одну победу – [стал лучшим спортсменом по итогам 2012 года в Ханты-Мансийске](#)

.

- Да, для меня важно, что меня не забывают в регионе, за который я выступаю, что за моими успехами следят, радуются им вместе со мной. Мне бы очень хотелось одержать победу и в окружном конкурсе «Спортивная элита». Это очень почетно оказаться лучшим в таком сильном по развитию зимнего спорта регионе. Надеюсь, что когда-нибудь мне это удастся.