



Тренер сборной России по лыжным гонкам Маркус Крамер в интервью "СЭ" рассказал о том, как проходит подготовка к сезону в его группе.

– Сейчас вы находитесь на сборах в швейцарском городке Ленцерхайде. Что там происходит?

– Пока все идет хорошо. У нас позади качественный горный сбор в Давосе, сейчас вот мы продолжаем подготовку на высоте в Швейцарии. В основном, проводим длительные тренировки – бегом и на лыжероллерах. На такой высоте более резкие работы могут быть даже опасны. Потом мы постепенно увеличим количество скоростных и выступим на соревнованиях в Германии.

– Многие ваши конкуренты в поисках снега отправились в Новую Зеландию – в частности, там готовился олимпийский чемпион в спринте Никита Крюков. Почему вы не пошли по этому пути?

– Мне кажется не столь важным, что сейчас мы не готовимся на снегу. Принципиальной получить нужный объем высотной подготовки. Судя по опыту, у моей команды не

должно быть проблем, если мы начнем вкатку на снегу как обычно, примерно в октябре. А вот Кубки мира в декабре – январе зачастую будут проходить в горах, и без должной подготовки там будет непросто.

– Спринтер Алексей Петухов, который присоединился к вашей группе только в этом сезоне, написал, что за четыре месяца у него был всего один выходной. Как он и Александр Панжинский справляются с вашими нагрузками?

– Ребята молодцы. Мы проделали много работы, но они хорошо с ней справляются. Длительные тренировки для них, может, несколько непривычны, но никаких проблем нет. Они оба настроены очень позитивно. Мне кажется, мы на правильном пути. Надеюсь на хорошие результаты от них уже в следующем сезоне.

– Как себя ощущают ребята из вашей группы, которые временно отстранены международной федерацией из-за подозрений в допинге – Александр Легков, Алексей Петухов и Евгений Белов? На них давит неопределенность?

– Это все было очень сложно с самой прошлой зимы, когда все это началось. Мы ждали окончательного решения в конце мая, теперь оно перенеслось на осень. Нам остается только ждать и работать по максимуму. По тренировкам, я вижу, что Алекс и другие ребята находятся в хорошей форме. Лично я уверен, что все будет хорошо, и они смогут выступать.

– Для вас как тренера это тоже необычно: готовите-готовите людей, а смогут они поехать на Олимпиаду или нет – станет известно только 31 октября, когда временное отстранение либо будет снято, либо закончится дисквалификацией.

– В прошлом году перед "Тур де Ски" мы были растеряны. Причем касалось это не только меня и ребят, но и всей команды. Каждый день на "Туре" соперники и журналисты задавали нам массу вопросов, все это было неприятно. Сейчас мы стараемся в своем коллективе вообще не обсуждать эту тему. Все, что было можно, мы сделали. Мы друг другу верим и надеемся на справедливость.

– Как проходит подготовка к сезону у Сергея Устюгова? На недавних соревнованиях Blink в Норвегии он выбыл уже в полуфинале, что тревожит...

– Нет, это был вообще не вопрос формы. Там очень быстрый трек, Сергею не повезло, и в полуфинале он сломал палку. Но накануне он выиграл масс-старт на 15 км, так что за его физические кондиции я не волнуюсь. Конечно, у всех бывают хорошие дни и не очень, но это норма для любого спортсмена. Это такие мелкие проблемы со здоровьем, они бывают у всех. Ребята же работают на пределе своих организмов. Главное, что мы с Сергеем понимаем друг друга. У меня есть ощущение, что олимпийский сезон он проведет великолепно.

– Новый статус лидера команды сильно давит на Устюгова в плане ответственности?

– Я не думаю, что он чувствует это давление. Мы по-прежнему концентрируемся только на тренировках. Интересы со стороны журналистов и всяких медиа-запросов стало больше, но это не мешает нашей работе. Сергей знает, что ему делать.

– Призер чемпионата мира Наталья Матвеева на том же фестивале Blink стала второй в спринте. Это хороший знак?

– Наташа, как и все остальные наши девушки, прибавила в стабильности. Им всем очень помогают совместные тренировки с мужчинами. Это дополнительная возможность за кем-то подтянуться, плюс у нас вообще хорошая атмосфера в группе. Наталья – уже опытный спортсмен, она охотно помогает молодым девушкам.

– В прошлом году Легков говорил, что готов пожертвовать определенными этапами Кубка мира ради подготовки к Олимпиаде. Вы так же будете действовать и с остальными спортсменами?

– Прежде всего, многим спортсменам нужно еще пройти отбор для Олимпиады и набрать необходимые очки. А для этого нужны, как минимум, стартовые этапы Кубка

мира. Дальше, примерно начиная с декабря мы будем смотреть по ситуации. Александр, например, может пропустить какой-то из этапов до или после "Тур де Ски".

– То есть самую многодневку вы планируете?

– Время покажет. У Евгения (Белова) там были бы хорошие шансы. Но никто не застрахован от травм и прочих неприятностей. Будем принимать решение в зависимости от олимпийского отбора и текущей формы каждого из спортсменов.

Фото - [пресс-служба ФЛГР](#).

Текст - " [Спорт-Экспресс](#) "