LATVIJAS IZLASE GATAVOJAS EIROPAS ČEMPIONĀTAM

Vilnis ŠKUTĀNS

7. maijā Rīgā sāksies Eiropas čempionāts kikboksā. Tam cītīgi gatavojas Latvijas izlases pārstāvji, cerot iegūt bagātīgu medaļu klāstu.

MŪSĒJIE TRENĒJAS NOPIETNI

— Plānojam, ka Latviju Eiropas čempionātā pārstāvēs 22 kikbokseri, — pastāstīja Latvijas izlases treneris **Normunds Vārenbergs**. — *Full-contact* versijā startēsim visās svara kategorijās, savukārt *low-kick* cīņās piedalīsies trīs Latvijas sportisti.

— Kādēļ *low-kick* kategorijā startēs tikai trīs?

— Tā ir daudz "nopietnāka" — vairāk jātrenējas un jābūt lielākai sagatavotībai, jo nepieciešamas perfektas iemaņas sitieniem ar un pa kājām. Ar klasiskā boksa sagatavotību vien nepietiek. Nepieciešams gadiem ilgs darbs, lai norūdītu tieši kājas, un, tā kā ar *low-kick* versiju tikai nesen esam sākuši nodarboties, izmēģināsim triju perspektīvāko censoņu spēkus. Svarā līdz 64,5 kg startēs Sandris Tomsons, līdz 71,5 kg — Josifs Kovči un līdz 84 kg — Pjotrs Kožahmetovs — visi ir Latvijas čempioni.

— Iepriekš bija iecerēts, ka kontinenta čempionātā startēs divas Latvijas komandas.

— Turnīra organizētāji ir tiesīgi visās svara kategorijās pieteikt divus cilvēkus. Patlaban vēl nevaru apstiprināt, vai šīs tiesības izmantosim, jo vairākiem sportistiem grūtības rada svara regulēšana, taču turpmākās nedēļas laikā šo jautājumu atrisināsim.

— Sportistiem radītas iespējas trenēties vienotā treniņnometnē, vai katrs čempionātam gatavojas individuāli?

— Kopš pirmdienas tie sportisti, kuri ieradušies no Līvāniem, Daugavpils, Jūrmalas, trenējas kopā divas reizes dienā, dzīvo Mežaparkā. Nodrošināti labi treniņapstākļi VEF un LNSS zālēs.

— Spriežot pēc pašreizējās sportiskās formas, kuri kikbokseri reāli var pretendēt uz zelta medaļām?

— Patlaban optimālā sportiskā formā ir Vladimirs Zubriļins (54 kg), Jurijs Ždanovskis (56 kg), Viktors Kolosovs (68 kg), Igors Likovs, Aleksejs Docenko, Elvis Mihaiļenko, Vladislavs Verjaiskis (61,5 kg) — viņam gan bija pusotra gada pārtraukums, taču tagad atsācis cīņas ringā. Verjaiskis ir viens no pirmajiem, kurš Latvijā sāka aktīvi nodarboties ar kikboksu. Viņam ir liels cīņu stāžs — 1992. gadā NVS junioru meistarsacīkstēs izcīnīja otro vietu. *Low-kick* kategorijā lielus panākumus varētu gūt Tomsons, uz augstākā kaluma godalgu var cerēt pieredzējušais Kovči. Protams, daudz atkarīgs būs no izlozes, jo galvenais, lai pirmajā kārtā pretī nestātos iespējamie favorīti.

— Ar kuru valstu pārstāvjiem nebūtu vēlams tikties jau pirmajā kārtā?

— Ļoti spēcīgi ir Krievijas, Baltkrievijas, Ukrainas, Horvātijas kikbokseri. Taču tas nenozīmē, ka no viņiem baidāmies. Piekāpties negrasāmies nevienam.

— Vai sparingpartneru pietiek?

— Patlaban jā, jo galīgais izlases sastāvs vēl nav skaidrs.

— Kopā ar citu valstu pārstāvjiem treniņnometnes nerīkojāt?

— Nē, jo jāsargās no savainojumiem. Ja reiz savstarpējās cīņās iespēju robežās cits citu netaupām, tad ko varam gaidīt no citvalstniekiem. Viņi tieši būtu ieinteresēti sagādāt traumas.

KOVČI TRENĒ KĀJAS

— Gatavošanās sacensībām norit veiksmīgi, treniņi ir auglīgi, — sacīja viens no galvenajiem pretendentiem uz čempiona nosaukumu **Josifs Kovči**. — Šobrīd lielāko uzmanību pievēršu sitieniem ar kājām, kā arī pretsitienu neitralizēšanai. Protams, roku darbība nemitīgi jāpilnveido. Treniņos cenšos darboties tempā, trenēju izturību, jo sāncenši būs spēcīgi un vajadzēs prast visus raundus aizvadīt vienmērīgi.

— Taktiskā sagatavotība pietiekama?

— Domāju, ka šajā jomā man problēmu nebūs. Ceru arī fiziskajā izturībā būt pārāks par sāncenšiem.

— Mērķi izvirzīti augstākie?

— Protams, cīnīšos par augstākajām vietām, taču jāņem vērā, ka kikboksā daudz atkarīgs no izlozes. Ja arī nepaveiksies, kas maz ticams, tā nebūs lielākā dzīves traģēdija. Taču pasaules un Eiropas čempionātu pieredze man ir, no pretiniekiem nebaidos, ticu saviem spēkiem.

ZUBRIĻINS NOSKAŅOTS NOPIETNI

— Uzskatu, ka šim čempionātam jāsagatavojas perfekti, jo savās mājās izgāzties nedrīkstam, — pavēstīja **Vladimirs Zubriļins**.

— Esi arī klasiskā boksa pārstāvis, turklāt Latvijā viens no labākajiem. Kā iespējams to apvienot?

— Kikboksam nepieciešamās spēcīgas rokas un kājas. Roku darbība atstrādāta boksa ringā, savukārt kājas trenēju kikboksā, un šie elementi cits citam netraucē. Tā kā senāk iepazinos arī ar karatē, kāju darbības iemaņas nav svešas.

— Kuram sporta veidam pēdējā laikā velti vairāk uzmanības?

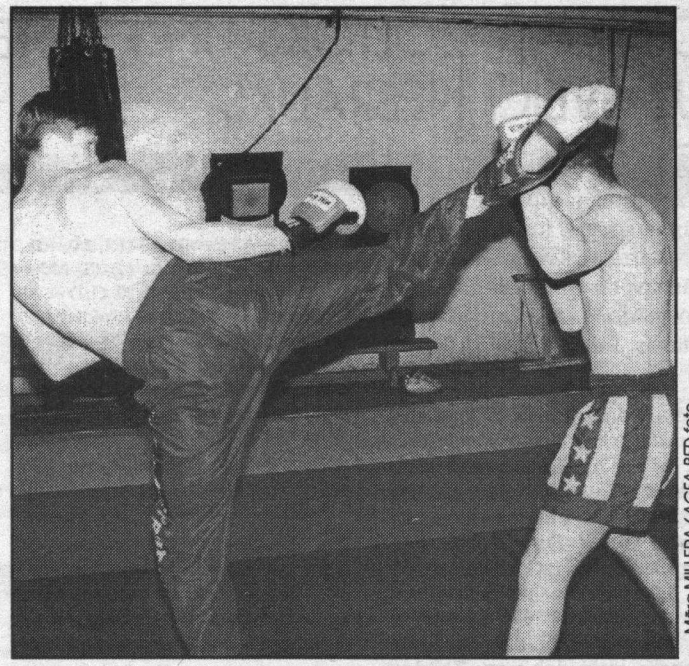
— Šomēnes esmu pievērsies kikboksam, taču klasiskā boksa nodarbībām tas netraucē. Abos sporta veidos man ir vieni un tie paši treneri — Černigovs un Dolgovs.

— Gaidāmais čempionāts var ietekmēt tavu turpmāko sportiskās karjeras pagriezienu viena vai otra sporta veida labā?

— Ja izdosies šajās sacensībās uzvarēt, protams, vairāk pievērsīšos kikboksam, jo būs izredzes iekļauties profesionālajā reitingā — būs kāpums augšup. Taču klasiskajam boksam ardievas neteikšu.

— Vai esi iepazinis savus nākamos sāncenšus?

— Nē, taču viņu spējas un uzvārdi man vienaldzīgi, jo esmu noskaņojies tikai uzvarai. ■



Māra MILLERA (AGFA-BFT) foto

● Latvijas kikbokseri, trenējoties divas reizes dienā, aktīvi gatavojas Eiropas čempionātam. Patlaban optimālā sportiskā formā ir Vladimirs Zubriļins (54 kg), Jurijs Ždanovskis (56 kg), Viktors Kolosovs (68 kg), Igors Likovs, Aleksejs Docenko, Elvis Mihaiļenko, Vladislavs Verjaiskis (61,5 kg)

REKLĀMA