

## АЛЕКСАНДР СИНЕРКИН:

## «С ДЕТСТВА ЛЮБИЛ ДРАТЬСЯ...»



Когда напротив себя видишь человека, который стал в чем-то сильнее на планете, становится как-то не по себе: и верится, и не верится. Казалось бы, простой, улыбочивый парень Александр Синеркин, наш земляк, а, как выяснилось на недавнем чемпионате мира в Италии, сильней его в ориентале никого в мире нет. И первый мой вопрос Александру, что же такое все таки ориентал?

## ВСЕГДА ПЕРВЫЙ

- Ориентал - это вид спортивного единоборства, в котором применяются приемы из карате и борьбы.

- Два таких жестких вида спорта... Наверное, вы в жизни очень непростой человек?

- Вы знаете (смеется), мне экстрима хватает на тренировках, поэтому я дома очень мягкий и покладистый.

- А на работе? Насколько я знаю, спорт не основное занятие в твоей жизни?

- Не основное. Я работаю на мебельном комбинате. У меня небольшой коллектив... Наверное, не очень скромно себя хвалить, но на производстве я строгий, но справедливый. Прежде всего, конечно, в людях ценю профессионализм, но считаю, что и человеческие качества очень важны. Поэтому стараюсь подбирать коллектив по очень конкретным параметрам.

рам. Это должны быть люди, которые тебя не подведут, какая бы трудная ситуация ни была.

- Все-таки давайте о спорте. Вы занимались борьбой с самого детства или пришли в спортзал, чтобы победить в себе какие-то комплексы?

- Не припомню, чтобы у меня были какие-то критичные комплексы, хотя, наверное, как каждый подросток, я прошел и через это... Конечно, спорт все психологические проблемы корректирует достаточно быстро. Но я пришел в спортивный зал, потому что борьба мне нравилась «с пеленок». Всегда любил драться и всегда любил быть первым. Уверен, что немаловажную роль сыграли гены: я всегда был чуть выносливее, чуть быстрее, чуть ловчее... Мой тренер, Михаил Скоробогатов, просто развил во мне мои самые сильные качества, и жестко указывал на мои слабые места, приходилось годами корректировать технику боя. Наш клуб на Верхней называется «Тсу шин ген», что в переводе «говорить языком своего тела»; небольшой дружный коллектив спортсменов, все занимаются с большой самоотдачей.

ПОЕСТЬ ЛЮБЛЮ  
ДАЖЕ НА НОЧЬ

- Но спорт - это, прежде всего, ограничения: в еде, в образе жизни...

- Совершенно с вами не согласен. Спорт - это, прежде всего, разрядка, адреналин и здоровье. В еде я себя совершенно не ограничиваю. И признаюсь вам, поест очень люблю, даже на ночь (смеется).

- Наверное, многим нашим читательницам интересно узнать, как вы вообще относитесь к диетам?

- Ну, во-первых, как уже сказал, я к ним не отношусь. А во-вторых, уверен, что любая диета без физической нагрузки принесет любому человеку только вред. Поэтому не стоит себя истязать. Пробежите километр - ваше тело скажет вам спасибо.

- Александр, часто приходилось слышать о том, что спортсмен на ринге - орел. А вот в обычной уличной драке легко становится жертвой. Вот, скажем, ты смог бы с пятью хулиганами сладить?

- Это даже без вопросов. В любом профессиональном спорте движения доводятся до автоматизма. И если не испугался, то наполовину уже победил.

- Скажи, а страшно выходить на ринг, если предстоит по-настоящему серьезный бой?

- Нет, не страшно, скорее, я бы даже назвал это чувство приятным. Тонус, адреналин... Думаю, для мужчины это необходимо.

- Наверное, ты очень нравишься девушкам?

- Ну, конечно, не жалею. Хотя на личную жизнь остается не так уж много свободного времени: работа, тренировки, стараюсь часто навещать родственников. Есть младший брат. Мы очень любим свою маму... По сути, она нам ничего не запрещала, просто очень нас любила и правильно объясняла доступным нам языком зачем нам нужна учеба и спорт, что только активные и самостоятельные люди, сильные телом и духом смогут добиться всего; что сигареты, наркотики, выпивка отдалят нас от красивых женщин, дорогих машин, уважающих и гордящихся вами детей. И мы это осознали и вовремя это поняли.

- А вообще, какие женщины тебя «цепляют»? Наверное, накаченные спортсменки?

- Это очень трудно объяснить, почему на женщину вдруг обращаешь внимание... Наверное, это какая-то химия, иногда очень трудно даже себя понять, не то что объяснить.

ПОСТРОИТЬ ДОМ,  
ПОСАДИТЬ ДЕРЕВО  
И РОДИТЬ ЕЩЁ  
ОДНОГО СЫНА...

- А ты бы хотел, чтобы твои дети стали профессиональными спортсменами?



- Прежде всего, я хотел бы, чтобы мои дети, которых я очень люблю, вовремя поняли важность спорта, много учились, а не тратили жизнь на борьбу с ленью и кучей вредных привычек, набранных с детства. А будут ли они профессионально заниматься спортом?... Ну что скрывать, конечно хотелось бы, но навязывать им я ничего не буду.

- А есть у тебя хобби, кроме спорта?

- Мое хобби кроме спорта - это моя работа. А мое хобби кроме работы - это спорт. Для меня - это две составляющие жизни. Чем еще люблю заниматься? Читать, валяться в выходные на диване, общаться с детьми... Все как у всех.

- Александр, как ты считаешь, в последнее время отношение к спорту у молодежи меняется?

- Я считаю, что профессиональным спортом должны заниматься единицы, а вот массовый спорт должен прийти во в детские садики, дворы, школы. Только так можно получить здоровое поколение. Сейчас спортом становится заниматься модно, и меня, естественно, это не может не радовать.

- Каким ты видишь себя лет эдак через десять?

- О! Наверное, я стану важным, солидным и спокойным господином. Впрочем, не люблю загадывать, как говорится: «Хочешь насмешишь Бога, расскажи ему о своих планах». Пусть будет что будет... Может наберу детей в секцию - думаю что получится, буду с ними возиться.

- И все-таки еще немного спрошу о планах. В последнее время многие спортсмены идут в политику, становятся депутатами, чиновниками. Ты не думал о продолжении карьеры в этом ключе?

- С удовольствием занялся бы политикой. Там столько нерешенных вопросов... Ведь все начинается с воспитания - все, а эту тему обходят, учителям толком не платят, может пассивным управляемым бидлом править легче?

- А какой у тебя жизненный девиз?

- Ну, тут я не буду оригинальным. Как у любого мужчины: построить дом, посадить дерево и родить еще одного сына (смеется)... Ну и еще, наверное, встретить самую большую любовь в своей жизни.

- А как же новые спортивные достижения?

- Это само собой, буду стараться заработать новые медали. Пусть область мной гордится. Достижения будут, если каждый раз «выползает» с тренировок.

- Александр, и последний вопрос. Что ты можешь пожелать мальчикам, которые только пришли в спортзал и мечтают о победах?

- Здоровья, терпения и еще беречь себя. И помнить, что спорт - это не только победы и медали, а каждодневный труд до седьмого пота и больше шансов для счастливого будущего.

Екатерина ОРЛОВА