

Илюза ХАФИЗОВА

18-летний сургутянин Артур Гаджиханов стал обладателем Кубка Чеченской республики по смешанным боевым единоборствам. Из Грозного чемпион привез еще дополнительный суперкубок, присвоенный за самые зрелищные поединки и волю к победе. Тренируется молодой человек в клубе «Академия ММА». Его товарищи по команде Шамиль Абдуллаев и Анастасия Карманова также в этом году, несмотря на пандемию, успели отличиться на всероссийских турнирах. Журналисты «Сургутской трибуны» заглянули в зал единоборств к «академикам» и узнали, кто и как воспитывает чемпионов.

Братья Гаджихановы

В «Академии ММА» в Сургуте занимаются спортсмены совершенно разного возраста. Благодаря **Хабибу Нурмагомедову** смешанные единоборства в России стали пользоваться огромной популярностью. Родители стали приводить в секции детей с шести лет. Но до серьезных поединков и настоящего ринга или октагона доходят только самые упрямые, техничные и работоспособные.

Каждая тренировка – это прежде всего работа над собой, своими физическими данными. Об этом не понаслышке знает 18-летний **Артур Гаджиханов** – чемпион России по ММА среди юношей. Он вырос на примере своего старшего брата, именитого сургутского спортсмена, а теперь уже и тренера **Рамазана Гаджиханова**. Впрочем, основной состав «Академии ММА» давно считает себя одной семьей.

– Артур мой самый первый ученик. Когда я начинал тренировать, он бегал в зале один, а сейчас уже много людей приходит. За пять лет, что я работаю с Артуром, он уж успел стать трехкратным чемпионом УрФО в своем возрасте. Хорошо выступает. Но когда становился бронзовым призером, то и такой результат меня устраивал. Ему всего лишь 18 лет, а он уже с мужчинами борется почти на равных. Все у него впереди. Но то, что он мой брат, это ничего не значит. Я всех своих ребят одинаково тренирую и со всех одинаково требую, – признается тренер по ММА Рамазан Гаджиханов.

У Артура на всех официальных турнирах сейчас очень высокая конкуренция. При этом большинство соперников пришли в смешанные единоборства подготовленными, например, из рукопашного боя. Артур изучал технику различных боевых видов спорта с нуля, без опыта за плечами. Но это не помешало стать ему универсальным бойцом. На последнем турнире в Грозном он смог стать сильнейшим и завоевать кубок чемпиона.

– В Чечне соперники были известные и сильные. Я дошел до финала. Получил травму, сломал ухо. Но в не-



Фото Александра ОГОПЫ

На ринге бойцы выступают по одному, но за плечами всегда стоит команда и труд тренера

Академики ударных наук

Сургутянин показал самый зрелищный поединок на Кубке Чеченской республики по ММА

простой схватке вышел и сделал все, чему учил тренер. В Грозном нас очень гостеприимно встретили. Спасибо организаторам и местным жителям. А вообще хотелось дойти до чемпионата России, попасть в сборную страны и поехать на чемпионат мира. Буду для этого много работать, – рассказал Артур Гаджиханов.

«Удушитель»

Пройти на чемпионат России удалось **Шамилю Абдуллаеву**. Спортсмен выиграл чемпионат УрФО, но из-за коронавируса все последующие отборы в сборную страны отменили. Боец руки не отпускает и продолжает усиленно тренироваться, чтобы быть на пике формы. У Шамиля уже есть свой уникальный стиль на ринге и в октагоне, не случайно его прозвали «Удушитель». Спортсмену 19 лет, он учится в университете, за плечами Шамиль стал бронзовым призером мастерского всероссийского турнира «Кубок Минина» в Нижнем Новгороде.

– Узнали о турнире только за три недели до его начала, было не так много времени на подготовку. Во втором бою одолел действующего чемпиона России. А вот финал проиграл, в итоге стал третьим. Но пора-

жение совсем не значит, что надо все бросить. Это опыт, стимул, урок. Пришел в зал – работай над ошибками. Пересмотри видео боя, свои ошибки и исправляй. В этом и есть спортивный интерес, из этого строится наша работа, – признается Шамиль Абдуллаев.

Уже не гимнастка Настя

Украшение «Академии ММА» – **Анастасия Кармаева**. В спорте Настя с четырех лет, за плечами огромный опыт выступлений, много наград, к своим 18 годам выполнила норматив кандидата в мастера спорта. Вот только все это было в спортивной аэробике. В зал единоборств девушка пришла два года назад. Растяжка отличная, спортивная дисциплина на высоте, а вот со всем остальным пришлось работать с самого начального уровня. Бить по груше и соперникам Настя быстро научилась. Теперь вместо гимнастического ковра выходит за медалями на ринг.

– Настя идеальный спортсмен, мне нравится с ней работать, она быстро впитывает информацию, ответственная и целеустремленная. Хотя пришла ко мне вообще без подготовки. Она чемпионка УрФО, выиграла турнир, который проходил в Сургуте. Выступала в 17 лет уже среди женщин. Было даже такое, что в ее весовой категории

не было соперниц, и она выступала с девушками на 10-20 кг больше. Настя очень техничная, и это ее сильная сторона. Но вообще она прям девочка-девочка. Никогда не подумаешь, что Настя занимается ММА, – говорит тренер.

Девочка Настя недавно привезла чемпионский пояс из Омска, где проходил межрегиональный турнир по смешанным единоборствам.

– Когда я только пришла заниматься, то было безумно тяжело. На аэробике всегда нужно было тянуть носочки, здесь я тоже тянула носочки. То есть мне говорят бить, а я вытягиваю носок. Постепенно, конечно, я перестроилась и научилась быть бойцом, а не гимнасткой, – смеется Анастасия. – Я перед тренировкой слушаю тяжелую музыку, настраиваюсь. Вообще в обычной жизни я и мухи не обижу. А приходя в зал, становлюсь совершенно другим человеком. Здесь я устаю, но это и помогает мне оставить все негативные эмоции на тренировке, а в жизни чувствовать себя спокойно и уверенно.

Подробнее о спортивной дружбе тренера и спортсменки читайте на **стр. 14**.

Вообще все «академики» в обычной жизни не проявляют силу. Это основной закон представителей всех боевых искусств. Вот и «академики» Сургута убеждены, что профессиональный спортсмен должен очень ответственно относиться к своим физическим данным. Это не устают повторять тренеры.

– В зале тренер учит не обижать слабых. Для поединков есть специально отведенное место и время. Все, что вне соревнований, – не место для драк, – выражает позицию всех одноклубников Шамиль Абуллаев. – Вообще спортсмены должны всегда думать о том, что могут не рассчитать силу, навредить другому человеку, более слабому. Нужно это понимать и брать ответственность за свою силу.