**Журналист:** Всё нормально, дежурный вопрос, как в самбо то попали? Почему Самбо? Были ли альтернативы? Когда это произошло?

**Иван**: Это произошло, когда я в начальной школе учился, школа «Самбо-70» была вообще в другом районе Москвы, я пошёл на секцию, которая была в моём районе, потом мама узнала про эту школу, навела справки, мы приехали, и тренер меня взял к себе.

**Журналист:** В каком классе вы были?

**Иван:** В 4.В группу начальной подготовки я попал к Богомолову Ивану Александровичу и Конину Василию Ивановичу.

**Журналист**: Вам сразу понравилось или сначала было не комфортно?

**Иван:** Новый коллектив, что-то новое, надо было ездить полтора часа на общественном транспорте, это было не комфортно, а так всё нормально.

**Журналист:** Полтора часа это довольно много, тем более для ребёнка, одни ездили или с вами кто-то?

**Иван:** Год примерно меня возили мама или бабушка, а в 5 классе сам ездил.

**Журналист:** По три часа в день тратили на поездки, да?

**Иван:** Где-то так.

**Журналист:** Прилично вообще.

**Иван:** Два часа это с пробками, а так побыстрее вообще, час тренировался и за час добирался до дома.

**Журналист:** Как шла карьера? Какие самые важные моменты?

**Иван:** Никак, я среднего уровня спортсмен.

**Журналист:** Больших побед не было?

**Иван:** Да, я на России в тройку не входил, не на первенствах, не на чемпионате, только финалист чемпионата Москвы по самбо и всё.

**Журналист:** А разряд какой?

**Иван:** Мастер спорта.

**Журналист:** Мастер спорта — это приличный разряд.

**Иван:** Ну да. Считаю себя достаточно посредственным борцом.

**Журналист:** Мастер спорта когда выполнили?

**Иван:** На чемпионате Москвы, там надо было в тройку войти, я один раз стал третьим, но это не засчитали, потом спустя год вторым стал.

**Журналист:** Это в каком году было?

**Иван:** Это мне 25 лет было, года 3 назад.

**Журналист:** Понятно, когда начались серьёзные занятия, в школе я так понимаю всё шло не так хорошо.

**Иван:** Ну да, класса до 9 я занимался учёбой, политика у моего тренера такая было, не хочешь, никто тебя не заставит. Я в 9 классе захотел, и всё пошло. Начал на соревнованиях высокого уровня участвовать, потом у меня много проблем со здоровьем было.

**Журналист:** А что за проблемы? Травмы получали?

**Иван:** Да, у меня несколько операция на колени, одна операция, полгода восстановления, плюс полгода вхождение в режим, а потом опять травма, и так 4 года подряд.

**Журналист:** В каком возрасте это началось?

**Иван:** Конец 11 класса, даже весь институт.

**Журналист:** Может быть вот этим объясняется неудачный период?

**Иван:** Может быть и этим, я, честно говоря, не анализировал. Получалось так, что я только набирал форму, получал травму.

**Журналист:** Это на одном суставе всё или на разных?

**Иван:** Нет, это на двух разных.

**Журналист:** Мастером спорта стали, когда выздоровели?

**Иван:** Последняя операция была в 24 года, когда меня прооперировали, я быстро восстановился, и в 25 я вышел в финал чемпионата Москвы.

**Журналист**: После этих травм окончательно восстановились или побаливает что-то?

**Иван:** Нет, ничего не беспокоит, травы для человека нормальное явление, я не обращаю на это внимания.

**Журналист:** Как можете определить свой борцовский стиль? Агрессивный или контратаки какие-нибудь?

**Иван:** Лучше у тренера спросить, даже не знаю, я бы не сказал, что агрессивный, я такой деревянный, у меня не потрясающая техника, но достаточно сильная выносливость, чтобы в какой-то момент перетерпеть соперника, будто разрушающая борьба.

**Журналист:** Есть какие-то любимые приёмы?

**Иван:** Да есть, через плечо с отворотом через спину.

**Журналист:** Бросок такой?

**Иван:** Да.

**Журналист:** Пара боёв, которые вам запомнилась по каким-либо причинам? Может плюсы или минусы?

**Иван:** В 10 классе есть турнир, он международный, проходит каждый год в Питере, мне повезло, меня отобрали на него, там проходит командное соревнование, есть три подгруппы: города-герои, города воинской славы, федеральные округа. Каждая подгруппа борется между собой, потом выигравшие города из подгрупп выходят в финал и борются за место в суперфинале. Мне сделали болевой, и я проиграл, мне было на столько стыдно, что я проиграл, подвёл команду, и я не кому не сказал, что получил серьёзную травму, обратился в больницу через 2 месяца, когда отёк спал, мне сказала, что у меня серьёзное растяжение. А второе, это на чемпионате Москвы, я выиграл у соперника, которому всегда проигрывал, достаточно именитый спортсмен, сейчас уже не борется.

**Журналист:** Как так получилось? На чем-то его поймали?

**Иван:** Он проигрывал встречу, он был слаб, и я выигрывал его сразу. Это положительные моменты, которые запомнились.

**Журналист:** А в институт физической культуры поступили?

**Иван:** Нет, педагогический институт, на факультет физической культуры и спорта.

**Журналист:** Армия был?

**Иван:** Спорт-рота.

**Журналист:** В этом плане повезло. Вы сейчас тренер, да?

**Иван:** Сейчас тренер, да.

**Журналист:** давно тренируете?

**Иван**: Я ещё учусь, но прихожу тренеру помогаю, с маленькими помогали, судить ездили, именно тренером работаю с 2017 года.

**Журналист:** Что самое сложно в вашей профессии?

**Иван:** Всё сложно.

**Журналист:** То есть переход от спортсмена к тренеру дался тяжело?

**Иван:** Да нет, кому-то тяжело, кому-то нет. Сложно сначала самому потренироваться, а потом детей идти тренировать. Я работал в банке и тренировался, так что мне не сложно совмещать, ещё работал продавцом спортивного питания в магазине.

**Журналист:** А в банке. Что за работа была?

**Иван:** Я сейчас уже не вспомню, специалист.

**Журналист:** Когда поступали в институт уже рассматривали, что будете тренером «Самбо-70»?

**Иван:** Вообще рассматривал, в 10 и 11 классе уже помогал тренерам младших групп, мне понравилось и уже захотелось там тренировать

**Журналист:** Женаты?

**Иван:** Да, женат.

**Журналист:** А жена кто, если не секрет?

**Иван:** К спорту никакого отношения не имеет, она информатик-аналитик.

**Журналист:** Детей нет еще?

**Иван:** Детей нет

**Журналист:** Какое-то хобби есть у вас?

**Иван:** Моя работа является моим хобби, моим хобби так же является медицина, мне интересна была физиология человека, мне нравиться понимать, ка работает организм во время физических нагрузок.

**Журналист:** Ты можешь разбираться в этих вещах, а парнишке нужно объяснить, как всё это устроено?

**Иван:** Вообще нужно, только надо понимать, что дети разных возрастов, объяснять нужно каждому на своём языке, чтобы он правильно всё понимал.

**Журналист:** Завершающий, банальный вопрос. Что для вас «Самбо-70»? Больше, чем работа?

**Иван:** Мы проводим там большое количество. Я думаю, это больше, чем работа. Ты живёшь не только своей жизнью, но и жизнью детей. Хочется рассказать и донести им всё правильно и понятно.

**Журналист:** Мы походим к концу. Удачи вам во всех начинаниях, до свидания.

**Иван:** До свидания.