

Выступление Юргена Грёблера в Музее Гребле

© 2009 Валерий Клешнев

14 марта 2009

Сегодня Юрген прочитал лекцию для всех желающих по программе суббот в Музее Реки и Гребли в Хенли. Тема лекции – успешное выступление его команды четверки без рулевого на последней Олимпиаде в Пекине.

Собралось почти полсотни слушателей, в основном любители гребли, непрофессионалы. Вступительное слово сказал Крис Додд, историк гребли и научный директор Музея. Вот с чего он начал:

- Юрген родился в Магдебурге, ГДР и с детских лет хотел много путешествовать. Для этого он решил стать оператором телевидения, но не прошел по конкурсу. Тогда он пошел в тренеры, где конкурса не было. Благодаря этому случаю мир получил великого тренера. В 1991 г. Юрген приехал в Хенли по приглашению местного клуба Лиандер, но очень скоро перешел на работу в федерацию гребли. С тех пор он принес Британии пять золотых Олимпийских медалей на каждой из прошедших Игр.

В начале своего выступления Юрген показал видеозапись финальной гонки в четверках безрульных на Олимпиаде в Пекине, которую его команда выиграла. Вот краткое изложение того, что сказал Юрген в своем часовом выступлении:

- Вы видите, какая драматическая борьба разыгрывается в Олимпийском финале. В этом есть что-то особое: мы видим множество команд, которые успешно выступают между Олимпиадами на чемпионатах мира, но проигрывают главную гонку. Здесь, конечно, огромно значение психологической подготовки. На каждой тренировке я нацеливаю спортсменов на последнее дополнительное усилие, рывок на фоне усталости, когда становится очень тяжело. Это приучает делать то же и в решающей гонке.

Еще очень важно всегда объяснять спортсменам ПОЧЕМУ принимается то или иное решение. Это повышает ответственность тренера, вносит здоровый дух в коллектив и позволяет спортсменам готовиться осознанно. Перед этой Олимпиадой мы очень много меняли состав четверки. Только загребной Анди Триггс-Ходж («Ходжи», как мы его ласково зовем) и третий номер Питер Рид были вне конкуренции: они выиграли отборочную регату в двойке и были очень сильны на эргометре.

Второй номер Алекс Партридж, с которым мы выиграли два чемпионата мира 2005 и 2006 отставал по физической и технической подготовке. Поэтому, хоть он и работал с большой самоотдачей, мы не могли забронировать место за ним. Мы провели много «гонок за место» (когда несколько команд иногда в разных классах гоняются между собой с заменой одного или нескольких членов экипажей) и четверка ехала намного быстрее с Томом Джеймсом, который прибавил очень много за последний год (9 сек на эргометре). Алекс Партридж «сел» в восьмерку и там его нацеленность на победу не пропала. Его сигнал команде был: «Хей, я здесь не для того чтобы «отбывать номер», а чтобы выиграть что-нибудь». Безусловно, это помогло восьмерке выиграть серебро, что очень высокое достижение в этом классе.

Второй номер нашей четверки Стиве Виллиамс, также, менялся несколько раз на Ричарда Эддингтона, который оказался рядом по своей подготовленности. Скорости лодки были очень близки с этими двумя спортсменами и мы решили оставить Стива – он наиболее опытный гребец в команде, Олимпийский чемпион Афин, единственный оставшейся из той четверки с загребным Пинсентом.

Мы начали подготовку к Пекинским Играм на сборе в Брайзахе, Германия в июле 2007. Вы ведь знаете, что сейчас нужно получить лицензию за год до Олимпиады. Если учесть, что после Игр спортсмены обычно отдыхают до полугода, то остается всего 2,5 года на подготовку, что совсем не много.

В 2007 мы успешно начали сезон, выиграв первый этап Кубка Мира в Линце. Затем, на втором этапе мы решили гоняться в двух восьмерка – и так же удачно, первое и второе места. Восьмерка традиционно считается очень престижным видом в Британии и мы не могли оставить ее без внимания. Последний этап Кубка мира в 2007 мы проиграли голландцам, которые, кстати, не попали в финал на Олимпиаде – еще один пример Олимпийской «лихорадки». На чемпионате мира 2007 в Мюнхене все шло неплохо до финала, но из-за травмы плеча у Стива Виллиамса мы остались без медалей.

В 2008 мы, как я уже говорил, очень много меняли состав, выиграли первый этап Кубка Мира с еще одним Томом – Люси на «баке», а затем пропустили два этапа из-за травмы Стива Виллиамса. Поэтому, у нас не было всей необходимой уверенности в Пекине. Была нацеленность сделать все возможное для победы и предпринять для этого то самое экстремальное усилие. Как вы видите, это нам удалось.

Наши планы на будущее? Конечно - это наша «домашняя» Олимпиада-2012 в Лондоне. Для меня – это первая Олимпиада в стране где я живу и десятая в моей карьере. Это накладывает большую ответственность на нас и создает дополнительные трудности. Все мы помним наш «домашний» чемпионат мира 2006 в Итоне, где энтузиазм болельщиков отнюдь нам не помог. Поэтому, никто заранее не приготовил нам золотые медали. Обычно между Олимпиадами меняется 50% спортсменов, результаты «подрастают» на 0,5-1,5%. Все течет, все меняется, все нужно начинать заново.

Наиболее интересные вопросы, которые были заданы Юргену:

- Как Вы считаете, поможет ли вам в 2012 г. массированная программа поиска талантов, которая проходит сейчас в Британии?

- Я уверен, эта программа поможет отыскать хороших гребцов для нашей сборной, но не к этой Олимпиаде. Ведь для того, чтобы гребец по настоящему «созрел» обычно требуется 7 лет.

- Известно, что как главный тренер Вы занимаетесь подготовкой не только спортсменов, но и тренеров. Какие качества, по Вашему мнению, необходимо для хорошего тренера в гребле?

- В первую очередь – это самоотдача, способность много работать, ведь спортсмены это сразу видят. Также, тренер должен быть очень хорошим психологом, иметь позитивную культуру. Затем - нацеленность на результат, способность сконцентрироваться в нужное время и в нужном месте, ведь никто не будет откладывать Олимпиаду. И последнее - сейчас не может быть хорошего тренера без знания спортивной науки: физиологии, биомеханики и др.



Юрген Грёблер выступает в семинар-холле музея Реки и Гребли в Хенли.



В 2000 г. мы проиграли Люцернскую регату за месяц до Олимпиады в Сиднее. Это не добавило нам уверенности, но я точно знал, что мы сделали не так. В Сиднее мы выиграли и Стив Редгрейв получил свою пятую золотую Олимпийскую медаль.