

Борис ОРЕХОВ

■ Россиянка Людмила Попова в одиночку переплыла Ла-Манш - быстрее всех из женщин в штормовую погоду.

Переплывших английский канал гораздо меньше, чем взошедших на Эверест, - чуть больше тысячи. Одна из отважных пловчих - известный фридайвер и тренер по плаванию Людмила Попова.

Подумаешь, проливчик, усмехнется кто-то скептически. И зря. С Ла-Маншем шутки плохи. За беспокойный нрав моряки называют его кладбищем кораблей. Переплыть его на лодке - уже подвиг. Людмила отправилась в путь даже без гидрокостюма - в одном купальнике и шапочке. И это в сентябре, когда вода совсем уж не парное молоко. Сорок километров неприветливой стихии преодолела за тринадцать часов сорок минут.

- К заплыву готовилась больше года, - рассказала она «СВ». - Проплывала каждый день по десять километров. Принимала ванны с ледяной водой. Генеральную репетицию провела на Онежском озере, в условиях, сходных с Ла-Маншем, совершила заплыв на тридцать километров. В Англии целую неделю сидела на берегу - ждала подходящей погоды для старта.

## ВСТРЕЧУ ИХТИАНДРА - ПЕРЕДАМ ОТ «ВЕЧЕ» ПРИВЕТ



Вода для российской русалочки - родная стихия, проводит в ней времени больше, чем на суше.

Наконец дождалась. В час ночи 3 сентября 2014 года вошла в воду и - в путь.

- **Совсем одна?**

- В одиночку через Ла-Манш никого не пускают. Моя команда шла сзади на катере. Я не имела права даже прикасаться к борту судна.

- **Есть и пить разрешалось?**

- Каждый час делала короткий перерыв, чтобы подкрепиться. На мне была специальная такая «уточка» с двумя кармашками для бутылочек с питанием: чай для согревания, овсяный отвар и ке-

дровая мука, замешанная на молоке. Плюс ягоды лимонника - для бодрости, бананы и мармелад, чтобы перебить привкус соленой воды, который становится просто невыносимым. Плыть было в кайф, особенно первую половину дистанции.

- **Силы не беспредельны даже у марафонцев. На каком километре переключились на автопилот?**

- Примерно на тридцатом. Остаток пути шла на морально-волевых, стиснув зубы. Пришлось поработать, как я шучу, над своим внутренним

миром. Только не спрашивайте, что я себе говорила в эти минуты. Все равно не скажу. Главное - продержалась. Позже я переплыла Босфор. После Ла-Манша это прогулка - меньше семи километров.

Фантастическое достижение установила американка Дайана Найад. В 65 лет она в одном купальнике переплыла по океану от Кубы до Флориды. Расстояние больше двухсот километров осилила за двое суток. Причем без остановок.

- **Мечтаете повторить ее достижение?**



Личный архив

- В будущем, быть может, попробую.

- **Вода - стихия сложная. Попадали в переделку?**

- В Атлантическом океане налетел настоящий ураган, и меня, как щепку, за пару

минут отнесло километра на три от берега. Ужас в том, что ты гребешь изо всех сил, но при этом остаешься на одном месте. Главное в такие моменты - не паниковать. Просчитала оптимальную диагональ и старалась идти в ровном скоростном темпе. Часа два боролась с волнами. Повезло, выплыла.

- **Недавно показали документальный фильм о загадочных обитателях океана - как люди, только с хвостом и ладони перепончатые. Точь-в-точь - ихтиандры. Как думаете, правда или сказка?**

- Сложно сказать. Пока своими глазами не увижу, не поверю. Увижу - передам от «Союзного вече» привет. Океан - бездна, полная тайн и загадок. Человечество знает о нем меньше, чем о космосе. Наверняка в его глубинах живут такие существа, о которых мы даже не догадываемся. Пока.

## Олимпийский призер Дарья НАУМОВА: ПРАВДУ ГОВОРЯТ, У МЕНЯ БЕЛОЧКА!

Кристина ХИЛЬКО, Борис ОРЕХОВ

■ 22-летняя штангистка из Бобруйска, тягающая на тренировках тонны железа, решила посвятить себя экстриму и для начала прыгнула с парашютом.

- **Даша, с чего вдруг специалистка по супертяжестям в категории до 75 кг решила рвануть в небо?**

- Давно хотела испытать, каково это - летать... Это даже круче, чем стоять на олимпийском пьедестале. Честное слово. Прыгала в паре с опытным инструктором. На самолете Ан-2 поднялись на высоту три тысячи метров, открылась

дверь, и я шагнула в бездну. Неслась к земле со скоростью пятьдесят метров в секунду. Как же я визжала от восторга!

- **Отчаянная девушка!**

- По-моему, самая обыкновенная. Просто стремлюсь жить интересно.

- **Штангу тягать тоже пришли из любопытства?**

- За компанию с подружкой. Начинала с простого грифа весом пятнадцать килограммов. Постепенно стала добавлять блины: один, второй, третий. Первое время было невыносимо, с тренировок возвращалась, как выжатый лимон. На ногах живого места не было от синяков. Но я не сдалась. Вскоре пришли и первые успехи.

- **Не смущают разговоры, что штанга - не женский вид спорта?**

- Нисколько. На мой взгляд, вполне себе женский. Не хуже бокса или борьбы.

- **Игры в Рио стали вашим дебютом на олимпийском помосте. И сразу - «серебро».**

- Жаль, до «золота» не дотянула, - вздыхает Даша. - Дала о себе знать травма, разболелось бедро. На каждую попытку выходила, как на последний бой. Даже лидировала. И все же уступила китайке. Ничего, возьму



На Играх в Рио Дарья рванула в сумме 258 килограммов и выиграла олимпийское «серебро».

первое место на Олимпиаде в Токио.

- **Значит, тренировки с утра до вечера, но ведь еще учиться надо...**

- Сейчас я на третьем курсе факультета физвоспитания в Могилевском педагогическом университете. К экзаменам готовлюсь в перерывах между сборами. За олимпийскую медаль поблажек не прошу. Зубрю на совесть.

- **В Минск из Бобруйска переехать нет планов?**

- Вот не вижу смысла. Столица - это суета, люди кругом постоянно куда-то спешат, все на взводе. То ли дело в Бобруйске. Еще лучше в родной деревне - тихо, спокойно, воздух - не надыхнешься. В двух шагах от дома лес, речка. Красота! Жаль, дома бы-

ваю редко. Зато в каждый мой приезд собираемся за большим столом с родителями, сестрами, племянниками и болтаем до позднего вечера. Отсыпаюсь, забываю о проблемах.

- **Еще говорят, у Даши... белочка.**

- Правду говорят! У меня живет Никсон - настоящая белка. Рыжий, пушистый, с хвостом. Как-то наткнулась в интернете на уморительное видео с лесной попрыгуньей. И загорелась - мне б такую! По объявлению нашла двухмесячного малыша. Строго по часам поила его молоком, даже по ночам вставала. Обожают орешки. И очень не любит, когда его дергают за хвост. Беру его с собой на сборы. Он - мой счастливый талисман.



Личный архив

Без Никсона спортсменка никуда - берет его на соревнования.