

# Родился новый чемпион

Андрей Кадочников завоевал золотую медаль на чемпионате мира по пауэрлифтингу среди юниоров по версии AWPC, проходившем в Украине с 7 по 11 августа. Он восемь лет работал на эту победу и не собирается останавливаться.

- Я пришел в пауэрлифтинг в 15 лет, - рассказывает чемпион. - Раньше им занимался мой старший брат, а мне не позволял. Но потом он ушел на службу в армию, и я начал ходить в клуб "Искра" детско-подросткового Центра без его ведома. До пауэрлифтинга занимался разными видами спорта, но не мог найти свой.

Тренер Николай Дмитриевич ЗЕНКОВ говорит, что победа стала возможной только благодаря упорному труду:

- Как только Андрей к нам пришел, он сразу начал показывать высокие результаты. Чего только не выиграл на уровне города, области и страны! Всех титулов не перечесть. Подготовка к чемпионату мира выдалась особенно тяжелой, сами помните, какая невыносимая жара стояла этим летом. А когда приехали в Кривой Рог, где проходил чемпионат, там оказалось еще жарче.

Возможно, именно подготовка в похожих условиях дала асбестовцу дополнительное преимущество перед соперниками. Но победа все равно досталась нелегко. Взять некоторые веса удалось только со второго раза.

Пауэрлифтинг - это разновидность тяжелой атлетики. В него входят три дисциплины: жим лежа, приседание со штангой и становая тяга (спортсмен поднимает штангу с помоста и выпрямляется в полный рост). В каждой дисциплине дается только три попытки на взятие веса. Для того, чтобы попытку засчитали, достаточно сделать один подход. Нужно грамотно подойти к распределению весов: обычно тяжелоатлеты начинают с более легкого, чтобы "железно" взять первую попытку и почувствовать уверенность в своих силах. Максимальные веса, взятые спортсменами в каждом упражнении, суммируются в окончательный результат.

Андрей Кадочников выступил в весовой категории до 67,5 килограмма. Он здорово начал, установив новый мировой рекорд в приседаниях - 247,5 килограмма. От груди удалось выжать штангу весом полтора центнера, что стало повторением рекорда Европы. Решающая попытка в упражнении "тяга" сорвалась. Суммарный мировой рекорд устоял, а результата в 607,5 килограмма хватило для золотой медали и кубка за второе место в абсолютном зачете.

Версия AWPC, в которой выступает Андрей, запрещает спортсменам использовать любой допинг. После соревнований десять процентов участников в обязательном порядке проходят допинг-контроль. Есть вещества, которые не подпадают под запрещенные, но улучшают спортивные результаты. Расходы на спортивное питание, содержащее витамины, аминокислоты и другие составляющие, благодаря которым организм быстрее сжигает жир и набирает мышечную массу, могут превышать зарплату асбестовского спортсмена.

Андрей Кадочников работает в комбинате "Ураласбест" электромонтером контактных сетей. Поддержку в организации поездки на чемпионат мира оказал



Чемпион мира по пауэрлифтингу  
Андрей КАДОЧНИКОВ

Центральный универмаг, с экипировкой помог генеральный директор ОАО "Ураласбест" Ю. А. Козлов. Пауэрлифтер выступал в дивизионе, где разрешается односторонняя экипировка - комбинезон, немного стягивающий тело и помогающий поднимать тяжесть.

- Подготовка к соревнованиям была тяжелой еще и потому, что моя работа связана с физическим трудом, - говорит Андрей. - Приходится сразу после смены идти на тренировку.

- На соревнованиях подстегивал тот факт, - подчеркнул тренер Николай Зенков, - что одновременно в Лондоне проходила Олимпиада. Конечно же, мы переживали за земляка Егора Мехонцева. Пауэрлифтинг - довольно популярный вид спорта, но в олимпийскую программу он пока не входит. Но это не умаляет уровня нашего чемпионата, в Украину приехали представители 22 стран. Нам удалось побороть предстартовое волнение и выступить достойно.

Николай Дмитриевич четко обрисовал дальнейшие перспективы:

- Теперь нужно продолжать прогрессировать и бороться со взрослыми.

П. РАЗНИЦЫН,  
Фото автора.