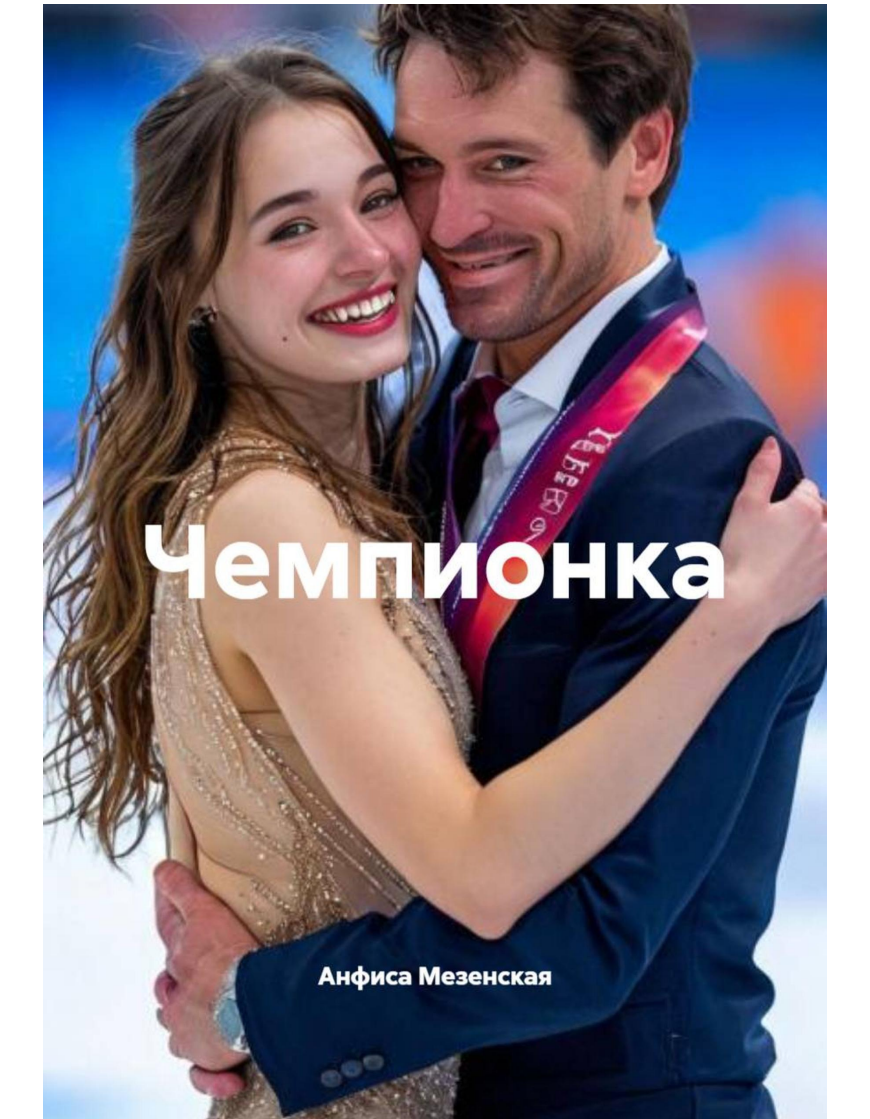


A full-page photograph of a young couple embracing. The woman, on the left, has long brown hair and is wearing a gold sequined dress, smiling broadly. The man, on the right, has short brown hair and is wearing a dark blue suit with a red tie. A pink and purple sash with the word 'Чемпионка' (Championess) in white Cyrillic script is draped over his shoulder. The background is a soft-focus blue and white.

Чемпионка

Анфиса Мезенская

Анфиса Мезенская

Чемпионка

<https://litres.ru/73835742>

SelfPub; 2026

Аннотация

Книга рассказывает о жизни Анны, которая с детства мечтала стать фигуристкой. С первых неуверенных шагов на льду героиня упорно идёт к своей мечте – и благодаря трудолюбию, силе духа и поддержке близких добивается своей цели. Её путь к Чемпионату мира – это история трансформации: из увлечённой девушки в уверенную фигуристку, готовую бросить вызов лучшим спортсменкам-любителям мира. Но тяжёлый диагноз, ставит под удар всё её будущее.

Анна, своим примером, демонстрирует, что даже в самых трудных жизненных обстоятельствах важно никогда не сдаваться несмотря ни на что, находить время на тех, кто рядом и не терять себя и свои желания в суете.

Книга может служить источником вдохновения для всех, кто стремится реализовать свои мечты и преодолеть жизненные трудности, подтверждая тезис о том, что человеческий потенциал безграничен.

Роман основан на реальных событиях и является художественным произведением. Все имена персонажей вымышлены и любые совпадения случайны.

Содержание

Глава 1. Эхо детской мечты	4
Глава 2. В путь за мечтой	12
Глава 3. Тренировкам быть	19
Глава 4. На старт, внимание...	23
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Анфиса Мезенская

Чемпионка

Глава 1. Эхо детской мечты

Вот и наступили долгожданные выходные. Сегодня мне совсем не хотелось выходить из дома, несмотря на погоду, которая так пестрила красками «золотой осени», а в воздухе пахло свежестью, которой так не доставало в летнюю жару.

Проснувшись позже обычного, я почувствовала приятную лень, разливающуюся по всему телу, и решила посвятить день ничегонеделанью. Проснувшись без будильника, на несколько минут я насладились тишиной и позволила себе роскошь ленивого пробуждения. Субботнее утро, такое желанное и неспешное, плавно перетекало в обеденное время.

«Иногда лениться и просто полежать в постели даже полезно» - решила я, заказывая еду на дом. Никаких планов, никаких дел – только я и моя уютная квартира, которую родители подарили мне за успешное окончание университета.

Еду привезли быстро и после неспешного позднего завтрака, мои руки потянулись к пульту от телевизора, верному спутнику выходных.

Каждый канал предлагал свою историю, сериал, передачу.

Через несколько часов я поняла, что начинаю засыпать во время просмотра, а может после насыщения мой организм решил немного вздремнуть...

Устав от бесконечных сериалов, переключая каналы, я наткнулась на спортивную передачу про фигурное катание. Моё внимание привлекли: прыжки, скольжение, костюмы, невероятный драйв, который исходил от каждого участника. Всё дышало каким-то совершенством и невероятным мастерством.

Моё сердце сжалось от давно забытого чувства. Я мысленно вернулась в свою детскую мечту. Вспомнила себя, маленькую девочку с горящими глазами. Как с замиранием сердца стояла у бортика льда и зачарованно разглядывала группу тренирующихся ребят. Тогда, в свои четыре года я мечтала о сияющем ледовом дворце, о платье, расшитом блесками, и о том, как сама буду скользить по гладкой поверхности льда под ритмичную музыку. Все вокруг будут мне хлопать и кидать игрушки и конфеты на лёд.

На меня накатила волна воспоминаний...

Однажды мы с папой пришли на стадион чтобы узнать о наборе в детскую группу фигурного катания, но то ли из-за возраста то ли из-за моего маленького роста и худобы, нам посоветовали подождать и прийти через год. «Год...нет...» - разочаровано простонала тогда я. Мой детский мир рушился.

В следующем году моя семья была вынуждена переехать

в другой город из-за работы папы, и, как оказалось, в этом городе не было ни стадиона, ни тренеров по фигурному катанию. Чтобы хоть как-то успокоить, меня отправили в танцевальный кружок по бальным танцам. «Танцы на паркете ведь тоже танцы, пусть и не на льду» - сказал мне отец. Я была счастлива. В танцевальном зале я приобрела пластику в движениях, почувствовала ритм музыки, и конечно же, у меня были самые красивые платья на показательных выступлениях.

Моя детская мечта, казалось, погребённая под грузом будней и жизненных проблем, сейчас вдруг вновь ожила. Я отдалась во власть воображения, в котором увидела себя взрослую, уверенную и чувствующую под ногами ледяную гладь.

Мечты, мечты...

Выходя из неги воспоминаний, я вернулась к "реалиям жизни", потянувшись к пульту от телевизора и прибавила громкость.

В телепередаче принимали участие не только профессиональные спортсмены, но и обычные люди кто впервые встал на коньки: актеры, музыканты, журналисты, которые тренировались и выступали как любители. Я увидела каких высот достигают участники программы и загорелась. А может и у меня получится?

В свои 26 лет и работая бухгалтером в строительной компании мне уже давно хотелось попробовать что-то новое в жизни. Иметь увлекательное и интересное увлечение, чтобы

жизнь не сводилась только к работе. Почему бы не начать с исполнения детской мечты? Мне же ничего не мешает только попробовать. Если вдруг не получится, всегда можно придумать и найти что-то другое.

Осталось дело за малым, разузнать, есть ли в нашем городе обучающие тренировки и вообще берут ли в группу по фигурному катанию взрослых любителей. Таких как я.

Пока я смотрела передачу и пыталась запомнить интересные названия прыжков и элементов в целом, мне позвонила моя младшая сестра Александра. Она была младше меня на пять лет, но всегда строила из себя всезнающей и всё умеющей сестрой:

- Привет, систер, как дела?

- Привет, всё хорошо. Сегодня решила отсидеться дома. Смотрю телевизор, – ответила я, опережая следующий вопрос сестры.

- Какая скука, – протянула в трубку Саша. – На улице прекрасная погода. Это преступление сидеть дома.

- Один денёк можно.

- Тяжелая неделя выдалась? – осторожно спросила сестра.

- Не особо, просто захотелось посвятить день только себе.

- А-а-а, понятно, – задумчиво протянула Саша.

Я решила сменить тему, чтобы наш разговор не сводился к работе и обсуждению рабочих задач и моих коллег.

- Ты не представляешь какую передачу я смотрю, – сделала я паузу, чтобы сестра попыталась угадать. - Про фигур-

ное катание. Очень интересная передача. Я в детстве мечтала стать профессиональной фигуристкой.

- Серьезно? – удивилась сестра. – Я думала постеры на стенах в нашей комнате весели просто из-за красивых костюмов.

- И это тоже, но передо мной находились гуру фигурного катания, и я надеялась... Что когда-нибудь встану на пьедестал и получу медаль, – мечтательно и немного с сожалением в голосе проговорила я.

- Я даже не знала. А почему ты не стала фигуристкой?

- В нашем городе, когда я была ребёнком не было возможности, а за время обучения в университете, мне было не до тренировок. Возможно, я забыла про свою мечту или у меня появилась другая, – задумавшись ответила я. – А вот сейчас прям прилив сил и азарт какой-то появился, понимаешь. Хочу попробовать.

- Тебе сколько лет? Фигурным катанием дети занимаются с трёх или четырёх лет, а ты динозавр почти, – подтрунивала надо мной сестра.

- Это я-то динозавр? – фыркаю я. - А вот взрослые люди в передаче учатся и катаются. И у них очень даже хорошо получается.

- Но это же телевизор, передача. Может там всё подставлено, и любители умеют кататься и катались раньше на коньках.

- Может быть, но я решила попробовать и поспрашивать в

городе на катках, а вдруг кто-то обучает или набирает такую группу, – парировала я.

- А если несчастный случай и на тренировке сломаешь себе что-нибудь? – заботливо спросила сестра. - Упадешь. Потом будешь в гипсе – это как минимум. Как максимум – пролежишь в больнице с сотрясением или ещё чего хуже...

- Поверь, на катках все падают, – смеясь в трубку ответила я. – А кости срастутся.

- Даже думать не хочу.

- Значит, буду стараться не падать, я же не враг своему здоровью.

- Ну ты даешь, сестрёнка. Отчаянная ты у меня, – ответила Саша с нотками гордости в голосе.

- Может я и не найду взрослую группу, – с сомнением в голосе ответила я. – Но попробовать стоит.

- С твоим то рвением и целеустремлённостью, если такой взрослой группы нет, то ты обязательно ее создашь, – ответила сестра, вселяя в меня уверенность.

- Посмотрим, главное найти единомышленников, а остальное думаю всё сложится само собой.

- Знаешь, а это отличная идея для написания сторис на страничке. Думаю, моим подписчикам будет интересно, – проговорила сестра, в голове которой уже точно зрел текст истории.

- Может среди твоих подписчиков будут желающие заниматься фигурным катанием или что ещё круче, среди них

есть любители, которые уже занимаются этим спортом, — подхватила я идею сестры.

- Да-да, дадим мечте осуществиться.

Мы с сестрой всегда жили и росли дружно, но как-то не особо делились школьными радостями и печальями, не обсуждали первые влюбленности. Скорее из-за разницы в возрасте. Для меня сестра всегда была маленьким несмышлёным ребёнком, который казался серьёзным и со своим единственно верным мнением. Я знаю, что, куда бы ни завела нас жизнь, мы всегда будем рядом друг с другом.

После общения с сестрой я стала искать в интернете хоть какую-нибудь информацию о курсах, тренировках на ледовых стадионах в городе. Но информация была только о детских группах, да и она была ограничена. Я решила, что может не сезон. На улице начало октября, может фигурное катание зимний вид спорта и набор будет только в декабре?

Решила, что в понедельник буду звонить на стадионы и спрашивать. А вдруг по телефону мне скажут: «Приходите, тренировка завтра».

И тут меня осенило, что у меня нет ни коньков, ни спортивного костюма для тренировок. И их покупка — это дополнительные финансовые затраты. «Да уж, путь к мечте может быть не самым дешёвым» - подумала я, прикидывая в уме на какую сумму я могу «разориться» на всё это.

Легла спать. Мой ленивый день пролетел очень эмоционально насыщено. Мысли все кружили, я ворочалась, про-

кручивая их в голове, а может сестра права? Зачем лишние заботы и проблемы если сейчас всё хорошо, стабильно и понятно. Можно выбрать другое увлечение, не такое травмоопасное. Появилась какая-то тревожность и небольшой тремор от предстоящего чего-то нового, но я была убеждена, что очень интересного.

Глава 2. В путь за мечтой

Я очень хотела научиться кататься на коньках, и не просто передвигаться по замерзшему льду, а по-настоящему, как профессиональная фигуристка, исполняющая сложные прыжки и красивые вращения.

Мои поиски начались с запроса в интернет-браузере.

«Курсы фигурного катания» - набирала я, сгорая от нетерпения. Результаты сыпались один за другим, но всё это были либо детские школы, куда меня, двадцатилетнюю никто не возьмет, либо просто прокат коньков и свободное самостоятельное катание.

Воскресенье у меня ушло на штудирование интернета по поиску стадионов и хоть какой-то информации о тренировках.

Еле дождалась понедельника.

В моем городе оказалось четыре стадиона и на сайте была указана только информация о наборе в детские группы. Решила уточнять информацию по телефону при живом общении.

При очередном звонке, произошло чудо. Секретарь одного стадиона мне посоветовала прийти и уже на месте обсудить с тренером возможности. Конечно, я не строила планов, но очень надеялась, что смогу договориться и разузнать

подробности.

После работы я побежала на стадион. Он был в десяти остановках от моего дома. Далековато, конечно. Но разве для исполнения мечты – это расстояние?

Добравшись до стадиона, я подошла к стойке охраны. Мой вопрос привел службу безопасности в ступор. Мне не смогли подсказать к кому я могу подойти на счет занятий. Один их охранников задумался, видимо перебирая варианты к кому же меня отправить или аккуратно от меня отделаться.

Спустя минуту он оживился, увидев проходящую мимо нас девушку. И мне показалось, что мужчина решил спросить у неё. Она была стройной брюнеткой примерно моего возраста с длинными волнистыми волосами. Девушка шла уверенно, быстро, не осматриваясь по сторонам.

- Полина Андреевна! – окликнул её охранник.

- Да? – остановился девушка и повернулась в нашу сторону.

- Можете подойти к нам? Вот тут девушка ищет тренера, – рапортовал охранник, указывая в мою сторону пока девушка направлялась к нам.

- Какого тренера? – вопросительно посмотрела на меня Полина Андреевна. – Тренировок у детишек сегодня нет.

- Я бы хотела узнать о тренировках для себя... Узнать, если ли тренировки для взрослых людей? – смущаясь спросила я.

- Для взрослых? – удивленно посмотрела на меня девуш-

ка. – На сколько я знаю, такие тренировки здесь не проходят.

- Нет... Очень жаль. Извините, – расстроено ответила я и обратилась к охраннику. – Спасибо вам за помощь.

Я уже намеревалась уйти, как вдруг меня окрикнули и я повернулась.

- Подождите! – остановила меня девушка. – Меня зовут Полина, я являюсь тренером по скольжению.

- Приятно познакомиться. Меня зовут Аня, – ответила я.

- Аня, пойдёмте, узнаем у старшего тренера. Может он сможет подсказать планируется ли набор, – взяв меня под руку сказала Полина.

- Пойдёмте, – немного растеряно ответила я, удивлённо оглянувшись на охранника.

Мы шли по территории стадиона, и я обратила внимание на стенд, на котором были размещены фотографии призёров и победителей. «Гордость тренеров» - подумала я, разглядывая фотографии и награды.

Полина быстрым шагом направилась на второй этаж. Я еле поспевала за ней проклиная себя отсутствием физических нагрузок в моей жизни, а тут замахнулась на тренировки и ни ахти какие, а фигурное катание.

Пройдя в глубь коридора, мы завернули налево и зашли в последнюю дверь. Это был кабинет или «тренерская». За столом у окна сидел полноватый мужчина лет пятидесяти. Мы уверенно направились к его столу. Мужчина оторвал свой взгляд от компьютера и посмотрел на нас удивленно

приподняв бровь:

- Полина, я думал ты уже ушла.
- Денис Александрович, я собиралась, но у нас возник вопрос, – ответила Полина взглянув на меня.
- Здравствуйте, – улыбнулась я.
- Здравствуйте, что случилось? – спросил Денис Александрович глядя на меня.

- Девушка пришла узнать набираем ли мы группы для взрослых? – не дав мне сказать опередила меня Полина.

- Для взрослых? – удивился Денис Александрович.
- Ну, да... - смущённо ответила я.
- Группы для взрослых - это какой возраст?
- Для таких как я, плюс минус несколько лет, – смущённо и задумчиво ответила я. - Я бы хотела заниматься фигурным катанием. Это моя давняя мечта. Но я не смогла найти информацию в интернете о наборе групп для взрослых, группы набирают только для детей. Вот поэтому я решила прийти и узнать всё на месте.

Мужчина задумался, глядя на меня:

- У нас тоже нет групп для взрослых и на сколько я знаю, в нашем городе на других спортивных площадках взрослых тоже не обучают. Я знаю, что есть группы в соседних городах, и спортсмены участвуют в соревнованиях для взрослых.
- Участвуют в соревнованиях... - с энтузиазмом в голосе сказала я. – Если группы в городе нет, почему бы вам не набрать группу? – собралась я с мыслями. – Я уверена, что в

городе много людей кому было бы интересно заниматься, ну или попробовать заниматься фигурным катанием с тренером профессионально.

- Понимаете, девушка, тренировки - это аренда зала, аренда льда, оплата тренеру, – причислил Денис Александрович. – Плюс траты на экипировку: профессиональные коньки, одежда в зал и на лед. Обычные коньки, купленные в магазине, не подойдут тем, кто хочет прыгать и профессионально скользить.

- Да, я понимаю, – потупив взгляд сказал я. – Но все же, может попробовать и объявить набор. Если будет много желающих, то все затраты на аренду, зарплату тренеру окупятся.

- Вы так уверены, что желающие будут? – с сарказмом в голосе ответил мужчина.

- Конечно, – с энтузиазмом ответила я. – Но если не попробуем, то и не узнаем. Я посмотрела на Полину в надежде услышать поддержку.

- Денис Александрович, я тоже думаю, что стоит попробовать, – заинтересовано сказала Полина. – У нас город большой, уверена, мы сможем набрать группу. Можем предложить родителям наших учениц, возможно они будут готовы заниматься со своими детьми на занятиях, хоть и в разных группах.

- К тому же, вы будете первым в городе кто организует группы для взрослых, – уверенно произнесла я. – Это будет

дополнительная реклама вашему клубу.

- Интересно, – задумчиво сказал Денис Александрович. – Но у нас нет клуба.

- Давайте создадим. Клуб для взрослых любителей фигурного катания, – отчеканила я, улыбаясь глядя то на Полину, то на старшего тренера.

- А это отличная идея, – поддержала меня Полина улыбаясь.

- Давайте так, – задумчиво сказал мужчина, обращаясь к нам. – Если наберете пятьдесят человек взрослых в группу фигурного катания, то, пожалуй, стоит попробовать.

- Супер, давайте попробуем, – ответила я. – Денис Александрович, спасибо большое, я уверена, что мы сможем найти людей.

- Конечно, – поддержала меня Полина.

Мы распрощались со старшим тренером и Полина проводила меня до выхода. Договорились, что она проведет опрос среди родителей своих учениц и учениц из других групп, а я поищу желающих в соц. сетях, среди своих знакомых и коллег на работе. Конечно, я очень надеялась и на подписчиков Саши. Она блогер и количество подписчиков в разных соц.сетях по России достигает миллиона.

Окрыленная тем, что я не только буду кататься на льду сама, но и мне предстоит найти единомышленников как я, придавало мне дополнительных сил и невероятной энергии.

Десять остановок моего маршрута пролетели так быстро,

что я не помнила, как доехала домой. По пути написала Саше про задумку с клубом и тренировками.

Приехав домой, я стала писать посты: у себя на страничках, своим друзьям и коллегам на работе о наборе группы для взрослых по фигурному катанию. Да и просто появилась идея пройтись по улице, раздавая рекламные брошюры и предлагать людям такую возможность, а вдруг получится.

Удивительно, откуда берется энергия, появляются силы, когда хочешь заниматься интересным и увлекающим тебя делом. Для этого ты найдешь и время, и силы, и твоя фантазия будет лететь в поисках решений.

Легла спать и поняла, что после работы я так и не поужинала. Пока бегала и договаривалась, потом зазывала участниц, время пролетело.

В итоге решила устроить разгрузочный вечер, но мне предательский снился шоколадный торт.

Глава 3. Тренировкам быть

После общения с Полиной и Денисом Александровичем у меня как будто выросли крылья. Если нам удастся набрать пятьдесят человек, мы стартанем. А если у нас получится и мы сможем набрать больше пятидесяти человек, вот было бы здорово... Тогда Денис Александрович зря сомневался и не верил в нас.

У меня в душе возникло чувство гордости и хотелось доказать, что я смогу набрать людей. Я была уверена, что единомышленники где-то близко, возможно они не знают куда идти и у кого спросить.

Проснувшись утром, я сразу полезла в телефон в предвкушении увидеть множество откликов и вопросов. Но откликов на мои сообщения не было, и я немного расстроилась. Разве никому не интересно кроме меня? Блин, а вдруг ничего не выйдет? И вообще я зря затеяла все это, напрягала людей, у которых и без меня своих проблем хватает.

После нескольких минут самобичевания, я собралась с мыслями и продублировала свои сообщения и дала рекламу в соц.сетях о возможных тренировках для взрослых. Попросила друзей разместить у себя на страничках информацию о наборе в группу. Я подумала, что возможно друзьям друзей будет интересно такое направление и желающие отклик-

нутся. И конечно же написала Саше с просьбой помочь с умоляющим смайлом в конце сообщения.

Прошли мучительные две недели ожидания. И мы нашли. Вернее, к нам пришли, откликнулись, доверились, решили рискнуть и окунуться в мир фигурного катания.

К сожалению, нам не удалось набрать пятьдесят человек согласно условию Дениса Александровича, но тридцать семь - это для меня было каким-то фантастическим результатом. Нам с Полиной и Сашей удалось найти девчонок, которые также как и я грезили фигурным катанием.

Девчонки оказались разного возраста и профессии. Группа набралась очень весёлая и компанейская. Полине удалось привлечь несколько мамочек своих подопечных, которые с удовольствием зацепились за идею совместных занятий со своими детьми. Им было удобно и комфортно тренироваться на одном льду со своим ребёнком, а потом после тренировки делиться успехами и сложностями.

Мы создали общую группу в соц.сети, где Полина размещала всю интересную и полезную для девчонок информацию: теорию о фигурном катании и элементах, адреса магазинов, где лучше купить профессиональные коньки и экипировку, а также расписание наших тренировок.

Одна из участниц нашей группы нашла ссылку на сайт, на котором профессиональные спортсмены продавали свои старые коньки, и начинающий спортсмен или любитель мог без особых финансовых затрат их купить и попробовать в

деле. Процесс экипировки и подготовки пошёл.

Денис Александрович вел переговоры с руководством стадиона о дополнительном времени льда и зала для тренировок. Сложность состояла в том, что мы почти все были работающими и нам хотелось тренироваться вечером, после работы или в выходные дни. Но как оказалась не мы одни такие, желающих на это «козырное» время было много. Детишки тоже приходили на занятия в вечернее время после своих уроков и дополнительных занятий. Поэтому на переговоры о начале тренировок ушло время.

После всех обсуждений, коллегиально решили стартовать и попробовать организовать тренировки один раз в неделю по субботам в дневное время, а дальше посмотреть на посещаемость. Денис Александрович и Полина были уверены, что часть изъявивших желание тренироваться отсеется и численность в группе уменьшится.

Я немного расстроилась, что занятие будет только один раз в неделю, но была счастлива, что один раз, это лучше, чем ничего.

- Осталось найти тренера, который возьмет на себя группу взрослых, – задумчиво сказал Денис Александрович, видимо перебирая в голове варианты. – Не хотелось бы привлекать со стороны, лучше выбрать из своих.

- Может Ксюша или Степан согласятся? – спросила Полина. – У них большой опыт в тренерстве с молодёжью.

- Ксюша готовит юниоров на первенство, а Степан рабо-

тает с парниками, – сказал старший тренер. – У них все время занято почти под завязку.

- Я могу часть тренировок взять на себя, – предложила Полина.

- Идея хорошая, – задумавшись сказал тренер. – Каждый может вести тренировки: Ксюша, Степан, Полина и я, а там посмотрим по загрузке и по нашим возможностям. Скоро будут соревнования, надо готовить спортсменов и проводить дополнительно индивидуальные тренировки.

- Да, давайте, надо же с чего-то начать, – ответила Полина. – А там посмотрим, что получится, можем совместить индивидуальные тренировки с группой взрослых... Как вариант.

- Так и решим, – ответил Денис Александрович. – Тренировкам быть. Начнём.

Глава 4. На старт, внимание...

Наступил тот самый долгожданный день для меня и всех девчонок в группе. День первой тренировки.

К нашей группе желающих присоединилось двое парней, но никого это не смущало. Просто парням приходилось переодеваться самым последним. К сожалению, дополнительных раздевалок не было, и мы ютились в одной.

До выхода на лед оставался час. Сначала надо было разогреть мышцы и нас ждала тренировка в зале. Первую тренировку нам провела Полина, а Денис Александрович присоединился к нам на льду, так как группа была большая и тренер должен уделять время каждому ученику, плюс следить за безопасностью на тренировке.

На тренировке в зале мы не только разогревались, но изучали, а потом и отрабатывали элементы фигурного катания.

Всю тренировку я думала, что это конец, мои ноги и руки ничего не чувствовали. Руки висели как плети, а ноги были ватными. Как хорошо, что раздевалка и зал были на одном этаже. Мне казалось, что никогда в жизни я не потела так как на тренировке. После физической нагрузки в зале, я хотела только одного, принять душ, а лучше - упасть на диван и отлежаться.

А сколько я выпила воды на тренировке... Мне кажется я

никогда столько не пила, даже в самое жаркое и душное лето.

Впереди нас ждало самое интересное, ради чего мы все это затеяли. Лёд.

Переодевшись и зашнуровав коньки, мы идём в сторону льда.

«Как я буду кататься, если идти не могу», - думала я, почти шатаюсь выходя из раздевалки.

И вот мой первый выход на лёд.

Когда я встала на лёд, меня охватило чувство свежести и лёгкости. Вся моя усталость и переживания просто испарились. А может тело почувствовало прохладу и свежесть, и вот оно – открылось второе дыхание?

Я, конечно, ходила на лёд зимой, брала на прокат коньки и пыталась сама учиться кататься. Для меня тогда было главным не падать и устоять на льду, а так хотелось кружиться, прыгать и делать элементы на одной ноге.

Первый выход на тренировочный лёд был наполнен шагами неуверенности. В груди учащенно билось сердце – предвкушение смешивалось с паникой. Кто-то из девчонок впервые в жизни встал на коньки, а кто-то, как и я, имел пусть и небольшой, но опыт на льду.

Нас разделили на две группы: совсем начинающих и тех, кто хоть немного стоит и скользит на коньках.

Первые минуты были сплошным испытанием. Кто-то из девчонок терял равновесие, неуклюже плюхаясь и падая на ледяное покрытие. Но Полина с улыбкой, постоянно под-

бадривала нас, показывая простые базовые упражнения в фигурном катании: как правильно встать, оттолкнуться и как держать равновесие. Постепенно страх начал отступать, уступая место азарту. Мои движения стали увереннее, а падения – реже.

Как оказалось, падать тоже надо уметь, чтобы не потянуть, а главное не сломать себе ничего. Поэтому грамотному падению нас тоже учили на первой тренировке. Это было самое важное упражнение в фигурном катании.

- Держим корпус. Взгляд вперёд, не смотрим под ноги, – кричал нам тренер Денис Александрович. - Почему вы постоянно смотрите вниз, рассматриваете ботинки? Надо смотреть вперед, а лучше на зрителей.

Не знаю, почему мы все смотрели под ноги, на лед. Конечно же там не было ничего интересного, но видимо телу так было безопаснее, когда смотришь туда, куда можешь упасть.

К концу первой тренировки я уже могла самостоятельно проехать по кругу. Усталость была приятной, а чувство гордости безмерным. Я поняла, что лед – это не просто замерзшая вода, а целый мир, полный возможностей, где упорство и труд вознаграждаются красотой и грацией. В этот день я открыла для себя новый безграничный мир, мир фигурного катания.

В конце тренировки мы сделали небольшой поклон тренеру, в знак благодарности за тренировку и по одному стали уходить со льда. Вступив на твердую поверхность прорези-

ненного покрытия, я оступилась. Ноги предательски не держали, и я случайно навалилась на рядом стоящего человека. Неожиданно меня подхватили и прижали к себе. Это оказались мужские объятия.

- Простите, – проямлила я, пытаюсь натянуть улыбку на уставшем лице.

- Ничего страшного, – улыбаясь ответил парень.

Я подняла глаза с удивлением посмотрев на него. Парнем оказался молодой человек лет тридцати, с кудрявой копной коричневых волос и с чёлкой на бок. Его зеленые глаза блестящими каким-то озорным взглядом, когда он смотрел мне в глаза.

Я попыталась выровнять корпус и встать уверенно на ноги.

- Поздравляю с первой тренировкой, – убирая от меня свои руки проговорил парень.

- Спасибо, – немного смущённо сказала я. – Как вы поняли, что у меня первая тренировка?

- На это время назначена тренировка для взрослой группы, – ответил парень – Для новичков. Меня зовут Степан, я буду вашим тренером в следующую субботу.

- Ого, здорово, на следующую тренировку приду обязательно – лукаво улыбнулась я. «Блин, зачем я это ляпнула?». Я что пытаюсь заигрывать с ним? Мозг видимо отключился от такого набора физических нагрузок.

- Отлично, что первая тренировка не испугала. Буду всех

ждать на тренировке в следующую субботу, – прокричал парень, обращаясь ко всем присутствующим.

Степан повернулся ко мне, улыбнулся и подмигнув направился к Денису Александрович. Я поплелась в раздевалку переодеваться в свою обычную одежду. На сегодня мой первый тренировочный день мечты окончен. Я была очень уставшей, но счастливой и чувствовала прилив сил и какой-то невероятной энергии.

После тренировки я дошла, а по ощущениям доползла до дома. Позвонила сестре и поделилась своими эмоциями о первом тренировочном дне.

- Сашка, ты не представляешь как было здорово, – уставшая, но счастливая в голосе сказала я.

- Ты живая? Руки, ноги шевелятся? – с сарказмом спросила Саша. - Ничего себе не сломала?

- Я очень устала, но это приятная усталость, надеюсь завтра я смогу встать, – ответила я. – Ничего себе не сломала.

- Завтра точно все болеть будет. Ты же тяжелее ручки и бумаги не поднимаешь на работе, – неустанно подтрунивает надо мной сестра. – В обязательном порядке прими горячую ванну. Завтра спасибо скажешь за совет.

- Это все временно, через пару занятия приду в норму, – с уверенностью ответила я.

- Давай отдыхай, завтра жди меня в гости, – весело сказала сестра. – Надеюсь фотки сделала или видео своей тренировки сняла?

- Фото и видео..? Я даже про это не подумала, – задумалась я.

- А как же для истории? – сказала сестра. – Эх ты...

- А как я сниму если еле стою на льду, да ещё и снимать надо. Точно бы сломала либо себе что-нибудь, либо телефон в дребезги.

- Попросила бы кого-нибудь, пару кадров то могли сделать.

По правде сказать, идея была отличная: снять видео или сделать нарезку из фото, а потом смотреть и вспоминать как всё начиналось. Но если честно на тренировке я об этом совсем не думала. В голове была только одна мысль «не накосячить и запомнить слова тренера».

Сашка, более продвинутая во всех съемках, постановке кадров, монтаже, чем я. Она начинающий блогер, всегда и везде с телефоном, для нее это обычное дело. Надо обсудить с ней завтра, может она придет на следующую тренировку и поснимает нас всех, для истории или рекламы нашей группы. Почему-то я была заранее уверена, что она согласится. Моя сестра всегда была «за» любой движ.

Я с нетерпением ждала следующей субботы, чтобы поскорее вернуться на лёд. А может мне хотелось увидеть его? Нашего нового тренера...

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.