

Стадион

НИКОГДА не думал, что У меня столько болельщиков и поклонников, - говорит прославленный чемпион, не уставая раздавать многочисленные автографы. - Впервые со штангой я встретился в 13 лет, записавшись в секцию тяжелой атлетики в Актау к тренеру Алексею Маркову. Стыдно вспоминать, но на первых тренировках не смог поднять штангу весом в... 30 кг.

Время - это нить, из которой соткана ткань всей его жизни, она вплетает в себя и бремя человеческих проблем. Алексею Сивоконю всегда везло на хороших людей. Рано оставшись без родителей, он встретил на своем пути замечательного тренера и человека Бориса Шейко, одного из основателей пауэрлифтинга в нашей области. Он и помог Алексею переехать в Темиртау, определил учиться в профтехучилище, стал его наставником в жизни, заменив отца.

Те, уже далекие восьмидесятые годы Сивоконь считает школой своей жизни, своими университетами. Уже далеко за пределами области были известны имена наших «лифтеров» Валерия Бохонова, Анатолия Татарникова, Михаила Кудрявцева. Любопытно, что под руководством своего тренера будущий рекордсмен мира в 18 лет впервые выполнил норматив мастера спорта сначала в тяжелой атлетике, а потом начал серьезно заниматься пауэрлифтингом.

После отъезда Бориса Шейко в Россию Алексей начал тренироваться у заслуженного тренера республики, мастера спорта международного класса Аркадия Никитина. Через год Сивоконь впервые заявил о себе, установив два мировых рекорда в отдельных упражнениях и в сумме трех движений среди юниоров.

Но по-настоящему первое боевое крещение на международной арене он получил в 1992 году на чемпионате Азии в Индии. Выступая в составе сборной Казахстана в весовой категории до 67,5 кг среди взрослых, Алексей удивил всех, став чемпионом. Через год - победа на чемпионате мира

и не знали, что Алексей Сивоконь - рекордсмен и чемпион мира. Он очень скромно и не любит много рассказывать о своих успехах.

Впервые я познакомился с Сивоконем и его тренером Аркадием Никитиным три года назад после их триумфа на чемпиона-

более 25 мировых рекордов, его не раз приглашали в Германию, Швецию в профессиональные клубы, предлагая выгодные и заманчивые контракты. А он по-прежнему таскает «железо» до 50 (!) тонн на тренировках, живет ожиданием новых соревнований, встреч со штангой и своим тренером и единомышленником Аркадием Никитиным, с которым они неразлучны уже 15 лет.

С наставником Алексею крупно повезло. Никитин отлично разбирается во всех тонкостях методики подготовки спортсменов высокого класса, являясь «играющим» тренером, продолжает выступать на помосте в чемпионатах Азии и Казахстана среди ветеранов. Аркадий Иванович пользуется большим авторитетом и в Федерации бодибилдинга и пауэрлифтинга РК, помогает быстро и оперативно решать финансовые проблемы для поездок и участия в различных соревнованиях, разработал свои рецепты применения в питании различных пищевых добавок известной компании «Джо Вейдер».

В свободное от тренировок и соревнований время Алексей любит покопаться в огороде, сажает картошку и помидоры. В Темиртау он живет в своем доме с женой Юлией и сыновьями. Старший в свои неполные девять лет тоже мечтает стать чемпионом, как папа.

На областных соревнованиях в Караганде, посвященных профессиональному празднику горняков, Сивоконь выступал в роли арбитра и... тренера. В последние годы он успешно совмещает тренировки с работой в областной комплексной ДЮСШ. Директор школы Василий Егорович Айдаров считает, что тренер из него получится замечательный. В нынешнем году призовые места на чемпионате Казахстана среди юниоров завоевали воспитанники Сивоконя Леня Казак, Сергей Гриценко, а Александр Курамшин в своей весовой категории обогнал четыре рекорда РК.

Совсем недавно в Алматы Алексей Сивоконь на чемпионате Азии по пауэрлифтингу вновь стал победителем. Скоро в Словакии состоится чемпионат мира по жиму лежа, где он постарается не уступить своих позиций, доказать, что сейчас ему нет равных. Ведь ему всего лишь тридцать. С юбилеем тебя, Алексей!

С. НЕВЕРОВ

НА СНИМКАХ: А. Сивоконь; на пьедестале почета чемпионата мира в Ахито (Япония), 2000 г.

Фото автора и из архива А. Сивоконя

Юбилей

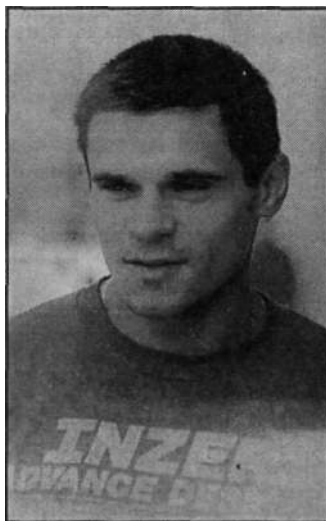
ТРИДЦАТЬ ! РАЗВЕ

ЭТО ГОДЫ?

Как уже сообщалось, в Темиртау, во Дворце металлургов состоялось чествование по случаю 30-летнего юбилея заслуженного мастера спорта, неоднократного чемпиона и рекордсмена мира, Азии и Казахстана по пауэрлифтингу Алексея Сивоконя.

с тремя новыми мировыми рекордами в Стокгольме. Уже в зените своей славы Сивоконь поступает учиться на факультет физической культуры и спорта КарГУ, успешно заканчивает его и получает диплом тренера.

- Прочувшись с ним целый год в одной группе, - вспоминает бывший однокурсник, а ныне аспирант КарГУ Марат Бодеев, - мы



те мира в Финляндии. В Соткамо в споре с сильнейшими «лифтерами» планеты Алексей не только стал победителем в сумме трех движений, набрав 815 кг, но и установил новый рекорд мира в приседании со штангой, зафиксировав вес 302,5 кг. Он значительно опередил своих основных соперников - поляка Ярослава Олежа и Филиппа Ричардса из Великобритании.

В скромном, даже по нынешним временам, зале тяжелой атлетики спорткомплекса Карметкомбината в Темиртау шла обычная тренировка. «Гремели» блины и штанги, Алексей не спеша подходил к снаряду, раз за разом поднимая тяжелый вес, а я подумал: есть ли в спорте предел, черта возможностям человека? За время выступлений в большом спорте Сивоконь установил

