

Ярослав Бебик: с детства бегом к медалям

«ВП» ОТКРЫЛ НОВЫЙ ПИТЕРСКИЙ ТАЛАНТ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Юный бегун Ярослав Бебик — большой талант. Сейчас ему лишь девять лет, но на соревнованиях он опережает тех, кто старше его на три-четыре года. А тренирует мальчика его отец Константин Бебик, сам в прошлом бегун на средние дистанции.

ПО СЛОВАМ Константина Николаевича, приобщить маленького Ярослава к бегу ему удалось с пятилетнего возраста. Ярик с детства — гиперактивный ребенок. И чтобы направить его энергию в нужное русло, отец с сыном стали добираться до детского сада бегом — а это почти три километра. Интересно, что мальчика и не понадобилось заставлять это делать.

«Сперва мне пришлось бежать медленно, чтобы Ярик от меня не отставал, — рассказывает Константин Бебик. — Ну а теперь мне уже за ним не угнаться!» Впрочем, кандидат в мастера в беге на 800 метров так шутит...

А если серьезно, то отец вспомнил свое спортивное прошлое и стал давать сыну тренировочные задания. Сводятся они в основном к дистанциям, которые надо преодолеть. «Главное здесь — его вовремя остановить, чтобы Ярик не переутомился», — уверен отец.

Правда, первая самостоятельная пробежка семилетнего Ярослава по улицам Вырицы, где Бебики живут, закончилась... в полиции. Стражи порядка обратили внимание на маленького мальчика, который бежал поздним вечером по темным улицам. Впрочем, быстро разобрались и привезли Ярика домой на полицейской машине. «Я его отругал — за то, что он не сумел убежать от полиции и тем самым сорвал тренировку, ибо не пробежал треть заданной дистанции», — посмеялся, вспоминая ту историю, Константин Бебик.

В семилетнем же возрасте пришли к Ярику и первые успехи. Правда, и тут без курьеза не обошлось. На старте «Казанкинской мили» — пробега, который организует трехкратная олимпийская чемпионка Татьяна Казанкина, Ярик... испугался стартового выстрела, о котором ему просто забыли сказать, и вместо того чтобы стартовать, стал озираться и искать стрелявшего. Побегал лишь, когда отец привел его в чувство. Но в итоге юный спортсмен стал «только» третьим.

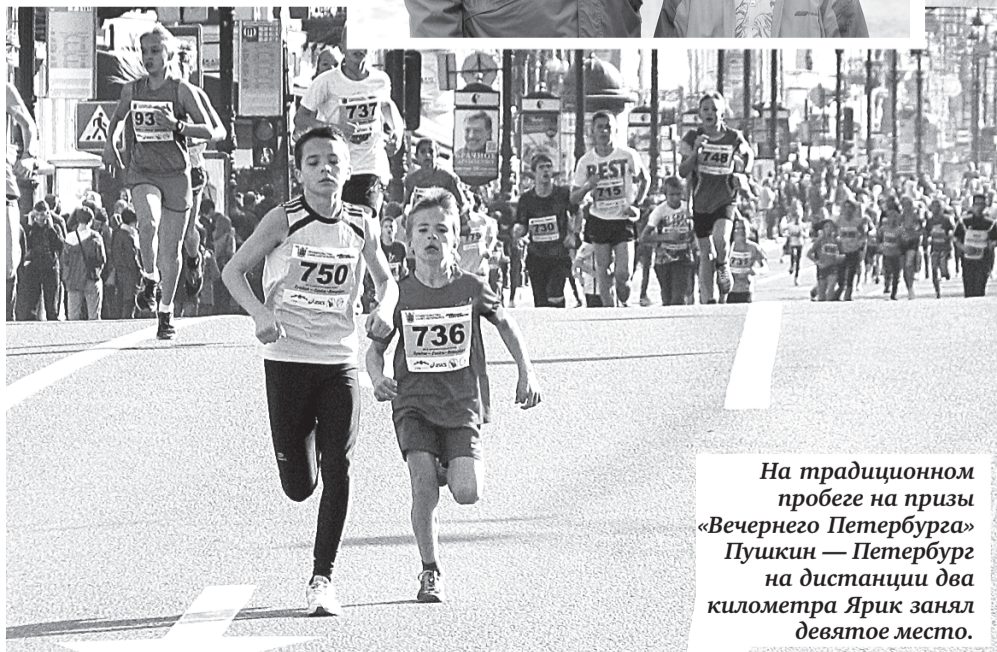
Зато в 2014 году добился немалых успехов. И если на пробежке Пушкин — Петербург на дистанции два километра он занял девятое место, то в горном беге, по холмам Токсова и Можайского в рамках этапов Кубка России, становился даже первым — снова отметим: в зачете среди 12-летки! И обратил на себя внимание тренера Кировской СДЮСШОР Евгения Виленского.

Но Константин Бебик переезжать в Петербург пока не спешит. Ибо уверен, что регулярные тренировки на свежем воздухе Вырицы и экологически чистое питание, в частности овощами без нитратов со своего огорода и молоком от соседской коровы, принесут Ярику больше пользы, чем жизнь в пятимиллионном мегаполисе.

И в спортивном плане кандидат в мастера, который серьезно занимался бегом во время учебы в Военмехе (до мастерского норматива ему не хватило буквально сотых секунды!), пока еще много может дать своему сыну. Хотя Бебик-старший и не пренебрегает



Лучший тренер — это папа!



На традиционном пробежке на призы «Вечернего Петербурга» Пушкин — Петербург на дистанции два километра Ярик занял девятое место.

ет советами Евгения Виленского. Плюс в Вырице Ярик занимается в секции дзюдо, что можно рассматривать как общефизическую подготовку. Но главное, сам Ярик под руководством своего отца бежит в охотку, его не надо подгонять — только сдерживать...

«Критическим станет пубертатный период, — считает Константин Бебик. — Если Ярик и после перестройки организма продолжит показывать высокие результаты, я сделаю все, чтобы дать ему совершенство. Надо будет — переедем в Питер».

А пока девятилетний Ярослав Бебик так играючи обгоняет тех, кто старше его на три-четыре года. Вот и на прошедшем 18 января пробежке Пулковско — Пушкин он на дистанции два километра в категории до 2002 г. р. занял второе место с результатом 7:01, уступив секунду победителю и опередив третьего призера на 50 секунд. Оба они, кстати, 2002 года рождения...

Борис ОСЬКИН, фото автора

Вечерний
ПЕТЕРБУРГ

www.vppress.ru

Учредитель и издатель —
ООО «Издательский дом
«Вечерний Петербург».
Газета зарегистрирована
Управлением Федеральной
службы по надзору
за соблюдением законодательства
в сфере массовых коммуникаций
и охране культурного наследия
по Северо-Западному
федеральному округу.
Свидетельство ПИ № ФС2-7738
от 27.09.05.

Генеральный директор
Михаил ШКОДА

Главный редактор
Константин МИКОВ

Первый заместитель
главного редактора
Игорь ЧЕРЕВКО

Заместитель
главного редактора
(редактор
пятничного выпуска)
Алла КАЗАКЕВИЧ

Заместитель
главного редактора
(редактор сайта)
Алексей ЗУБАРЕВ

Отдел «Город»
Алла РЕПИНА

Отдел информации
Оксана ЕРМОШИНА

Отдел культуры
Зинаида АРСЕНЬЕВА

Отдел спорта
Владислав ПАНФИЛОВ

Подписные индексы
54980 — основной выпуск
(с понедельника по пятницу)
54981 — пятничный выпуск
(с приложениями «Этажерка»
и «Плюс ТВ»)

Рукописи, присланные
в редакцию,
не рецензируются
и не возвращаются.

Товары и услуги, рекламируемые
в этом номере, имеют необходимые
лицензии и сертификаты. Ответственность
за сведения, публикуемые в рекламных
объявлениях, несет рекламодатель.

По вопросам доставки газеты
обращаться:

«Прессинформ» — тел. 335-97-51;
УФСП СПб и ЛО (почта) — тел. 314-86-43.



Отпечатано в типографии
ОАО «Первая Образцовая
типография», филиал
«Санкт-Петербургский
газетный комплекс».
198216, Санкт-Петербург,
Ленинский пр., 139.

Тираж — 10 025
Время подписания номера в печать
по графику — 20.00.
Номер подписан в 20.00.
№ заказа 1515

Распространение:

ЗАО «Роспечать», ООО «Метропресс»,
ООО «Союзпечать», Красногвардейское
МРА «Союзпечать»,
ООО «ПРЕССА», ООО «НИКА»,
ООО «Петропресс»,
ООО «Облпресса»,
МУП «Тоснопечать»,
все почтовые отделения Санкт-Петербурга
и Ленинградской области, поезд повышенной
комфортности «Мегаполис»,
ЗАО «Нева-Пресс».

Редакция и издатель:

197101, СПб,
ул. Мира, д. 34, лит. А.
Телефон/факс 334-35-64.
E-mail: gazeta@vppress.ru

Распространение:

телефон 334-35-58,
тел./факс 334-35-57.
Рекламная служба:
телефон 325-39-81
e-mail: reclama@vppress.ru

PR-служба:
телефон 644-50-19

Цена свободная

