



«ЗЕНИТ» ХОЧЕТ СОХРАНИТЬ СЕМАКА

Вчера председатель совета директоров клуба из Петербурга Елена Илюхина заявила о готовности подписать новый контракт с главным тренером Сергеем Семаком

2 >



СЛУЧАИ БЫВАЮТ СТРАХОВЫМИ

WWW.SOGAZ.RU

8 800 333 0 888

С подробными условиями страхования (включая правила страхования) Вы можете ознакомиться на сайте www.sogaz.ru и у представителя АО «СОГАЗ». Лицензии Банка России СЛ № 1208, СИ № 1208, ОС № 1208-02, ОС № 1208-03, ОС № 1208-04, ОС № 1208-05. АО «СОГАЗ». Реклама.

СОГАЗ®
СТРАХОВАЯ ГРУППА



ФУТБОЛ

ДОМЕНИКО ТЕДЕСКО: «СДЕЛАЛИ ВСЕ, ЧТОБЫ СОХРАНИТЬ СОЛТМУРАДА БАКАЕВА. СКАЗАЛ ОБ ЭТОМ ЕГО БРАТУ»

Большое интервью главного тренера «Спартак»: итоги сбора, уход в «Рубин» Солтмурада Бакаева, перспективы Шюррле, отсутствие трансферов и многое другое



В большом интервью главный тренер «Спартак» рассказал о всех актуальных вопросах своей команды – итогах первого сбора, уходе в «Рубин» Солтмурада Бакаева, состоянии его старшего брата Зелимхана, перспективах Шюррле, отсутствии покупок и многом другом.

ЧТО ТАКОЕ СБОРЫ ТЕДЕСКО

– Как команда переносит высокие нагрузки? – первый вопрос главному тренеру красно-белых.

– Наша подготовка состоит из трех сборов – Абу-Даби, Доха и Сочи. Так как времени до возобновления чемпионата много, решили на каждом из них уделить внимание чему-то конкретному. Здесь, в Абу-Даби, закладываем базу: физическую и тактическую. После месяца простоя, когда игроки отдыхали и максимум делали пробежки, надо хорошо поработать. Но все нагрузки мы дозируем. И, к примеру, если в понедельник нагружаем больше обычного, то во вторник сбавляем обороты. А в среду стараемся дать нечто среднее. Все это просчитываем до малейших деталей с нашими тренерами по физподготовке. Конечно, ребята это чувствуют, ноги наливаются тяжестью, но все идет правильным чередом, нагрузки даются именно такие, какие и должны быть.

– В один из дней утренняя беговая тренировка длилась всего 40 минут. Как раз тот момент, когда сбавили обороты?

– Знаете, планирование – это хорошо, но иногда в него надо вносить коррективы. Бывает, наметил часовую тренировку, но замечаешь, что на весь час ребят не хватит. Тогда делаешь занятие чуть короче и переносишь то, что не успели, на следующий день.

– На этом сборе нет товарищеских встреч. Это ваша принципиальная позиция? Почему так решили?

– Да, это наша позиция. Считаю, что к первому матчу надо подходить в наилучшем состоянии, почти готовым физически. Ведь во время игр случаются вещи, которыми ты не можешь управлять: футболист ускоряется, если мяч рядом, или делает рывок на другой фланг после кросса, потому что это его работа, такие инстинкты. Здесь же, на сборе без матчей, мы четко знаем, кто что выполняет. Если даем про-

бежку на четыре километра, все под нашим контролем. Правая нога, левая нога. Правый фланг, левый фланг. И так постепенно мы подойдем готовыми. 10–11 тренировок перед первой контрольной игрой – это не так плохо.

ГОТОВНОСТЬ? МИНУС 20 ПРОЦЕНТОВ!

– К марту «Спартак» должен подойти готовым на сто процентов. Как оцените нынешнюю готовность?

– Минус двадцать! (Смеется.) Конечно, хорошо работаем. Ни один тренер не скажет, что его команда трудится плохо. Я чувствую это и вижу, что парни устали. Но у нас впереди несколько выходных, а потом снова сбор. И гораздо важнее будет понять 29 февраля, насколько мы готовы.

– Есть ли травмированные?

– В целом все в порядке. Джордан Ларссон получил повреждение в сборной Швеции, которое сейчас долечивается. На днях недомогание почувствовал Баду. Еще проблемы со спиной у Мельгарехо, но возможно, еще до конца этого сбора увидим его на поле. Надеемся, к Катару все окажется в строю.

– Бывает, что футболисты хитрят – ой, все болит, не могу тренироваться. Вы это сразу просекаете?

– Доверяю всем своим игрокам. Это важно. Я доверяю им, они – мне. Да, ребятам тяжело, но такая работа. На сборах всегда сложно. Футболисты должны понимать, что они это делают не для нас, а для себя. Если сейчас не потрудишься, через 8–12 недель это скажется в самых важных матчах. Менталитет команды должен быть таким, чтобы понимать такое без всяких напоминаний.

– И как вам менталитет «Спартак»? Отличается ли он от менталитета «Шальке»?

– Тут нет только черного или белого. Все зависит от мелочей и обстоятельств. В каждой команде есть те, кому нагрузки даются легче, и те, кому тяжелее. На сборе у нас есть все условия: лучшее поле, лучший отель, лучшая еда, лучшие кровати. Все для того, чтобы работать.

ДМИТРИЙ ЗЕЛЕНОВ

3 >



ВЫХОДНЫЕ

«Спорт-Экспресс» представляет спецвкладку

7–10 >



Дарья Исаева «СЗ» / Canon EOS-1D X Mark II

ФИГУРИСТКИ ВСТУПАЮТ В БОРЬБУ В ГРАЦЕ

Сегодня на чемпионате Европы по фигурному катанию короткую программу покажут одиночницы. Фаворитки соревнований – Александра Трусова, Алена Косторная и Анна Щербакова

16 >



Reuters

МЕДВЕДЕВ – В ТРЕТЬЕМ КРУГЕ AUSTRALIAN OPEN

В мужской сетке Открытого чемпионата Австралии по теннису россияне идут без потерь. Даниил Медведев, Андрей Рублев и Карен Хачанов вчера выиграли во втором круге

15 >



ФК «Динамо» (Москва)

НОВИКОВ – О НОВОМ «ДИНАМО»

Эксклюзивное интервью главного тренера «Динамо» о приглашении тренера-испанца, роли отца в своем штабе, новичке Скопинцеве, интересе к Комличенко и Соболеву

4 >

Станислав Черчесов: «Кокорин в «Сочи» – разумное решение. Игроки сборной должны получать практику»

Вчера главный тренер сборной России прокомментировал аренду нападающего «Зенита» Александра Кокорина в «Сочи»

– Как я уже неоднократно подчеркивал, тренерский штаб сборной продолжает очень внимательно наблюдать за работой кандидатов в национальную команду в своих клубах, – сказал Черчесов. – Информация становится больше, потому что на сборах клубы начали проводить контрольные матчи, а это всегда более показательно с точки зрения тактики и командных взаимодействий на поле. Уже сыграли «Динамо», «Локомотив», «Рубин», «Зенит» и ряд других команд. Радует, что, помимо повреждения Черышева, обошлось без травм, а, к примеру, Баринов, Антон Миранчук, Жемалетдинов, Кокорин, Дзюба уже отличились забиты-

ми мячами. Получают игровую практику и футболисты, выступающие за рубежом, – Головин, Черышев и Кудряшов выходили в стартовых составах «Монако», «Валенсии» и «Антальяспора».

– Кстати, появилась новость о том, что Кокорин оставшуюся часть сезона проведет в ФК «Сочи». Каково ваше мнение по этому переходу?

– Мы не являемся непосредственными участниками этой истории, поэтому скорее это можно назвать взглядом со стороны. Но, учитывая то, что Кокорин довольно много пропустил, и факт наличия в «Зените» форвардов Дзюба – Азмун, его аренда в «Сочи» видится разумным реше-

нием. Велика вероятность того, что там он будет получать гораздо больше игрового времени на поле, нежели в «Зените». А тренерский штаб сборной напрямую заинтересован в том, чтобы футболисты как можно чаще выходили на поле в своих клубах. Все кандидаты в сборную имеют шансы попасть на Евро, но все зависит исключительно от них самих и прежде всего от их уровня готовности на конкретный временной период.

ДМИТРИЙ ЗЕЛЕНОВ

Другие материалы по теме

2



14 ноября 2017 года. Санкт-Петербург. Россия – Испания – 3:3. Главный тренер сборной России Станислав Черчесов с Александром Кокориным

Александр Федоров «СЗ»