

Серія
„Спортивна слава Львівського державного університету
фізичної культури”

ПІДГРУШНА
ОЛЕНА МИХАЙЛІВНА

Життєвий шлях та спортивні досягнення
Бібліографічний нарис

Укладач Ірина Свістельник

Series
„Sporting glory of the Lviv state University of physical culture”

OLENA PIDHRUCHNA
Vital way and sporting achievements

Bibliographic essay

Compiler Irina Svistel'nik

УДК 796.071:016:929

ББК 75+91.9

П 32

Серія
„Спортивна слава Львівського державного
університету фізичної культури”
Започаткована 2015 року

Підгрушна Олена Михайлівна: життєвий шлях та спортивні досягнення : бібліогр. нарис / уклад. Ірина Свістельник. – Л. : [б. в.], 2015. – 21 с.

До бібліографічного нарису увійшли короткі відомості про життєвий шлях та спортивні досягнення української біатлоністки, олімпійської чемпіонки з біатлону Олени Михайлівни Підгрушної.

ПІДГРУШНА ОЛЕНА МИХАЙЛІВНА
(9 січня 1987 р.)



Народилася 9 січня 1987 року в м. Легниця Нижньосілезького воєводства, Польща. Закінчила Львівський державний університет фізичної культури, майстер спорту міжнародного класу з біатлону. Чемпіонка Олімпійських ігор в Сочі, чемпіонка світу 2013 року (здобула 3 медалі: золоту в спринті, срібну в естафеті і бронзову в гонці переслідування), п'ятиразова чемпіонка Європи, переможниця і призерка етапів Кубка світу з біатлону.

Аспірантка Львівського державного університету фізичної культури.

З 25 березня 2014 року до 8 квітня 2015 року обіймала посаду заступника Міністра молоді та спорту України.

За значний особистий внесок у державне будівництво, соціально-економічний, науково-технічний, культурно-освітній розвиток України, вагомі трудові здобутки та високий професіоналізм, розвиток та популяризацію фізичної культури і спорту в Україні, досягнення високих спортивних результатів та багаторічну плідну професійну діяльність нагороджена орденами „Княгині Ольги” II (2014) та III (2013) ступеня.

Наукові праці О. М. Підгрушної:

1. Підгрушна О. Аналіз спортивного календаря Кубка світу з біатлону [Електронний ресурс] / Олена Підгрушна // Спортивна наука України. – 2015. – № 1(65). – С. 26–35. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua>

Публікації про О. М. Підгрушну:

1. Висока проба „золота” Олени Підгрушної // Голос України. – 2013. – № 30. – 14 лют. – С. 22.
2. Елена Пидгрушная [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.biathlon.com.ua/>
3. „За Майдан” – біатлоністки підтримали українців на врученні золотих медалей [Електронний ресурс] // Gazeta.ua. – Режим доступу: <http://gazeta.ua/>
4. Олена Підгрушна [Електронний ресурс] // Вікіпедія. – Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/wiki>
5. Олена Підгрушна [Електронний ресурс] // Сайт Львівського державного університету фізичної культури. – Режим доступу: <http://www.ldufk.edu.ua/>
6. Олену Підгрушну нагородили орденом Княгині Ольги [Електронний ресурс] // UNN. – 2014. – 11 листоп. – Режим доступу: <http://www.unn.com.ua/uk/news>
7. Остаточне рішення у справі Оксани Хвостенко // Федерація біатлону України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.biathlon.com.ua/>

8. Підгрушна: Сподіваюсь повернутися у біатлон, але лише після народження дитини [Електронний ресурс] // Українська правда. – 2014. – 2 груд. – Режим доступу: <http://www.champion.com.ua>
9. Про відзначення державними нагородами України з нагоди Дня незалежності України : Указ Президента України від 23 серпня 2014 року № 676/2014 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.president.gov.ua/>
10. Про відзначення державними нагородами України з нагоди Дня фізичної культури і спорту : Указ Президента України № 508/2013 від 14 вересня 2013 року [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.president.gov.ua/>
11. Про призначення Підгрушної О. М. заступником Міністра молоді та спорту : розпорядження Кабінету Міністрів України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.kmu.gov.ua/>
12. Про звільнення Підгрушної О. М. з посади заступника Міністра молоді та спорту України : розпорядження Кабінету Міністрів України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/321-2015>
13. Профайл Олени Підгрушної [Електронний ресурс] // Міжнародний Союз біатлоністів. – Режим доступу: <http://data.biathlonworld.com>
14. Профайл Олени Підгрушної [Електронний ресурс] // Федерація біатлону України. – Режим доступу: <http://www.biathlon.com.ua/profile>
15. Троць П. Олена Підгрушна: „Із подругами по збірній вишиваємо. Але не рушники на посаг” [Електронний ресурс] // Україна молода. – 2010. – 5 січ. – Режим доступу: <http://umoloda.kiev.ua/>
16. Українка стала другою у спринті на першому етапі Кубка світу з біатлону [Електронний ресурс] // УНІАН. – 2012. – 1 груд. – Режим доступу: <http://www.unian.ua/sport>
17. Ukrposhta: Biathlon National Team of Ukraine 2014 [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.wnsstamps.post>

Олена Підгрушна: невідомі сторінки біографії

Джерело:

Спорт Тернопільщини [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://sports.te.ua/winter>

Студентка, комсомолка, спортсменка. Нарешті, вона просто красуня!". Крилата фраза з кінофільму "Кавказька полонянка" дуже навіть підходить для характеристики найтитулованішої за всю історію спортсменки Тернопільщини Олени Підгрушної. Для неї сезон, що завершився, став найвдалішим за її спортивну кар'єру, адже не кожен рік спортсмен виборює повний комплект нагород на чемпіонаті Світу. Але не одним спортом вона znana.

Журналісти Номер один відшукали першого тренера Олени Ярослава Гаяця, котрий разом із класним керівником ЗОШ №8 Любою Літинською та першим вчителем фізкультури Володимиром Лесиком розповіли про невідомі широкому загалу сторінки життя майбутньої світової чемпіонки.

— Олену Підгрушну я пам'ятаю з 3-го класу, — пригадує Володимир Лесик. — Вона була від природи фізично сильною дівчинкою. До прикладу, в 5-му класі стрибала з місця у довжину 2 метри. Уявіть собі, що навіть в 11-му класі з дівчат ніхто так далеко не стрибає. Загалом під час обов'язкових щорічних контрольних тестів (витривалість, швидкість, сила, гнучкість, спритність) Олена вигравала в усіх дівчат, а в молодших класах — і в багатьох хлопців.

— У ЗОШ №8 культивувався біатлон. До того ж свого часу я теж займався лижами, тому мені біатлон був ближчим, відповідно порекомендував тренеру Ярославу Гаяцю взяти до себе в секцію добре координовану спортивну дівчину Олену, — зізнався Володимир Григорович.

Перший тренер Олени Підгрушної одразу зіштовхнувся з проблемою. Дівчина довго вагалася, чим займатися — музикою чи спортом?

— У 5 класі Олена була в роздумах, вона коливалася, в якій напрямку направити свої здібності — в музику (фортепіано) чи спорт (біатлон), тому на початковому етапі відвідувала одразу два гуртки. Але коли почалися збори, постійні змагання, потрібно було зробити вибір. І цей вибір був на користь спорту. Що цікаво, це був особистий вибір Олени, ніхто її не підштовхував і я не особливо переконував, — розповів Ярослав Гаяць.

Так Ярослав Євстахійович чотири роки (з 5 до 9 класу) тренував Олену Підгрушну.

— Оленка все схоплювала на льоту. Швидкісно-силова робота в неї була, дай Боже кожному, до того ж вона мала світлу голову. Свою роль зіграли батьківські гени, особливо тата, який був військовим. Спершу вона в мене працювала в групі початкової підготовки. Я їй дав ствол. Перевчав її стріляти з лівої руки на праву. Загалом стрільба давалася їй дуже легко. Лижну ж підготовку ми проходили в лісі. Ще тоді всі сміялися, казали на Олену "Підручна", я ж виправляв і доводив, що це Підгрушна. Чому? Неподалік 8-ї школи є великогаївський ліс, і ми в тому лісі працювали. По дорозі до лісу росла грушка, біля якої проходили на лижах. Поруч — крутий спуск, з котрим Олена завжди справлялася. Коли зими були малосніжними, то тренування проводили на замерзлих відстійниках

цукрового заводу. Займалися багато і серйозно. Робота з нею приносила одне задоволення, адже працювати з Оленою було легко, бо вона була неконфліктна, спокійна, врівноважена, відповідальна дитина, — зазначив Ярослав Євстахійович. — І це давало свої результати вже на початкових етапах. Підгрушна народилася в 1987 році, але тренувалася зі старшими на рік. І давала собі раду, перемагаючи не тільки ровесниць, а й старших подруг.

— Що легше давалося майбутній чемпіонці, запитали ми у тренера?

— Перші ж лижі, на які стала Підгрушна, були мукачівської фірми "Тиса-Фішер" червоного кольору з пластику. Якщо взяти лижну підготовку, то класичну ходьбу швидше вдалося поставити, а над ковзанярським ходом довелося трішки довше попрацювати. Але і його поступово за два роки Оленка опанувала майже до автоматизму. З лижною підготовкою загалом у неї не було проблем. Натомість з функціональними можливостями були певні проблеми, бо вона перенесла хворобу (жовтуху). Хоча про неї дівчина нікому не повідомила, приховавши це, а потім переросла і все зі здоров'ям стало гаразд. Загалом не було такого, щоб вона хоча б один раз пропустила тренування (в тиждень було по 3-4 заняття — авт.). Навіть були випадки, що я десь затримувався на тренуваннях, та Олена чемно чекала. А коли була більш старшою, то жартувала, мовляв, Ярославе Євстахійовичу, з Вас штраф за запізнення, — пригадує тренер.

З 8 класу Олена Підгрушна потрапила до збірної області. Тоді вже перейшла в учбово-тренувальну групу. І перші серйозні перемоги не забарилися. Підгрушна спершу виграла першість школи, згодом — чемпіонат області, "колосовські" змагання по Україні у Ворохті, чемпіонат серед спортивних шкіл у Сумах

— Пригадую змагання з літнього біатлону в Сумах. Коли Олена виграла, то всі дивувалися, як тоді ще нікому не відома, висока та струнка молода спортсменка з Тернопілля здобула перемогу. Я ж тішився її успіхами, адже вже тоді в неї були чемпіонські задатки, — пригадує Ярослав Євстахійович.

Біатлон — це складний вид спорту, в якому потрібно поєднувати швидкісну їзду та влучну стрільбу. І якщо першу ще можна "поставити" на лісових лижних доріжках, то зі стрільбою були певні проблеми.

— Спершу стріляли із пневматичної зброї у спортивному залі, потім — у лісі, вішаючи мішені на деревах. Комплексних тренувань з лижним ходом і стрільбою не проводили, бо в нас не було для цього відповідних умов. Лише коли їздили на тренування на підгороднянську біатлонну базу, відбувалися комплексні тренування. Там же вперше довелося Олені стріляти зі справжніх біатлонівських гвинтівок, — зауважує тренер.

Володимир Лесик пригадує один дуже важливий і суттєвий нюанс у характері Підгрушної: "До неї складно доходило пояснення тренерів. Вона була впевнена, що права, до певного часу. І лише коли на 100% пересвідчувалась, що настанови тренерів дають результати, схоплювала і доводила вправи до автоматизму".

Навчалася Олена Підгрушна дуже добре, була відмінницею. Могла закінчити школу з золотою медаллю, якби довчилася до 11 класу. Натомість вона вирішила поступити у педліцей, хоча цей вибір на початках не схвалювали її батьки.

— Батьки не дуже хотіли, щоб Оленка йшла навчатися в педліцей. Всі діти в родині Підгрушних (старша сестра і молодший брат) мають технічний склад розуму, тому, як

мені здається, батьки готували й Олену до навчання в одному з технічних навчальних закладів, щоб вона мала спеціальність, професію. Бо завжди вважалося, що спорт – це не професія. Її вибір поступати у педагогічно-спортивний ліцей був доволі болючий. Вона ділилася зі мною, мовляв, батьки її не розуміють. Дитина вагалася, була на роздоріжжі, але все ж таки переважив спорт, — пригадує класний керівник Люба Літинська.

Не лише одним спортом переймалася юна Олена Підгрушна.

— Вперше з Оленкою я познайомилася несподівано. Я ще вагалася, який клас із двох мені брати як класному керівнику. Вибір для себе зробила несподівано (у серпні перед новим навчальним роком). Я приходжу на роботу, а мене під кабінетом чекає дівчинка. Тоді я не знала, що це була саме Олена Підгрушна. Вона не знала, в якому буде класі, і запитала мене тихеньким голосом: "Може, Ви будете нашим класним керівником? Я прийшла вам чимось допомогти у класі". Це були мої перші враження від Оленки. Загалом же серед усіх учнів класу вона математику знала найкраще, — пригадує Люба Миколаївна. — Якщо ж брати у комплексі, то Олена полюбляла точні науки, натомість недолюблювала гуманітарні.

Хоча Підгрушна багато їздила на збори та змагання, але "хвостів" не мала.

— Я, звичайно, допомагала Оленці, піклувалася нею. Інколи йшла на поступки, але це було в окремих випадках, — зізнається класний керівник.

Як додав Ярослав Гаяць, Олена навіть на збори брала з собою підручники та конспекти, щоб не відставати зі шкільних предметів... Не помічав тренер, щоб Олена відволікалася на хлопців: "Поки вона в мене тренувалася, цього не бачив. Вона повністю віддавалася спорту. А якщо щось і було, то про це ніхто не знав".

Окрім доброго навчання та хороших спортивних здобутків, молода Олена Підгрушна була різнобічною дівчиною.

— Оленка дуже працьовита, за що б не бралася, усе доводила до кінця. Наполегливість вирізняла її серед усіх дітей класу. Вона була старостою класу. Допомагала мені, могла поставити на місце як дівчат, так і хлопців. А ще Оленка співала у шкільному хорі, грала різноманітні ролі в театральних сценках... Загалом люди, які пишуть лівою рукою (Підгрушна і до нині є лівшею — авт.), мають особливі таланти, тільки їх потрібно розгледіти! — переконана класний керівник Підгрушної.

І сьогодні Олена Підгрушна не забуває про рідну школу, а тому, коли є змога, завжди навідується до своїх перших вчителів та тренерів. І приходять не з порожніми руками.

— Наша Оленка постійно приїздить, ніколи не забуває про нашу школу. Скажімо, останнього разу в кабінеті вчителів фізкультури сказала: "Євстахійовичу, так хочу тих шкільних пиріжків з капустою та картоплею!". А після перемоги минулого року на чемпіонаті Європи вона подарувала для школи дві пари лиж, палок, кріплення і дві пари черевик загальною вартістю десь півтори тисячі євро. Це все був її власний "бойовий" інвентар, в якому вона перемагала на "Європі". Сподіваємося, що щось школа отримає і цього надзвичайного в її кар'єрі року, — каже Ярослав Гаяць.

А між тим, в Олені Підгрушної і її перших вчителів та тренерів є домовленість, яку спортсменка не порушила ще жодного разу: коли вона стоїть на подіумі, то обов'язково

рукою їх вітає. Сподіваємось, Підгрушна і надалі тішитиме своїх наставників та усіх любителів спорту Тернопілля...

Олена Підгрушна – серед 100 кращих тернополян

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу:
<http://galsports.com/news>
2 червня 2015

В Тернополі завершився проект «100 кращих тернополян», який був покликаний активізувати громадянське суспільство та визначити гідних довіри тернополян.

Проект передбачав місячний збір пропозицій до списку 100 кращих (мінімум 50 тернополян повинні були висунути свою кандидатуру), а далі стільки ж проводилось голосування за запропоновані кандидатури.

До рейтингу кращих потрапили і знані в Тернополі та Україні спортсмени.

На другому місці розмістився Валерій Чоботар - керівник Всеукраїнської Федерації фрі-файту та контактних єдиноборств, тренер, суддя і «кіборг».

Олімпійська чемпіонка Олена Підгрушна, яка недавно відновила спортивну кар'єру, опинилась на десятій сходинці.

Олімпійська чемпіонка Олена Підгрушна відновила тренування

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу:
<http://galsports.com/news>
27 травня 2015

24 травня в Раубічах (Білорусь) розпочався перший в нинішньому міжсезонні тренувальний збір української команди з біатлону.

Цього разу підготовка включає в себе ряд "родзинок". Це і присутність нового старшого тренера в жіночій збірній, і повернення після річної перерви Олени Підгрушної та Віти Семеренко, і присутність нових облич серед спортсменів, як, наприклад, юної Анни Кривонос, яка вперше готується з титулованими подругами по команді.

Головним тренером Олени Підгрушної став Урош Велелец

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу:
<http://galsports.com/news>
28 квітня 2015

Новим старшим тренером жіночої збірної України з біатлону призначений словенський фахівець Урош Велепец.

Про це повідомляє офіційний сайт ФБУ.

Урош буде працювати з українськими біатлоністками протягом трьох наступних сезонів - до Олімпійських Ігор в Пхенчхані.

Раніше Урош Велепец, якому 17 травня виповниться 48 років, працював з національною збірною своєї країни.

Олена Підгрушна: "В Україні біатлоністам ніде повноцінно тренуватися"

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://galsports.com/news>
16 квітня 2015

Нещодавно одна з олімпійських чемпіонок-2014 в естафеті Олена Підгрушна, яка після успішного сезону рік пропрацювала заступником міністра спорту, вирішила повернутися в біатлон.

— Рішення повернутися в спорт зріло поступово. Прийшла весна (сміється), почала більше думати про майбутнє і ось визначилася. Насправді, ідучи з біатлону рік тому, я не говорила, що зав'язую назавжди, так що моє рішення — очікуване. Крім того, за цей рік у мене не вийшло піти в декрет, так що я вирішила: треба повертатися зараз або ніколи.

— Коли дивилися біатлонні трансляції по телевізору, відчували, що тягне на лижню?

— Звичайно, якби цієї тяги не було, то змушувати себе знову одягати форму я б не стала. А коли сказала чоловікові, що хочу повернутися, він був до цього готовий і спокійно сказав: "Я давно чекав від тебе цих слів". Видно, відчував, що я ще не набігалася.

— Побоювань перед поверненням у вас немає?

— Ні, ніякого страху я не відчуваю. Чому він повинен у мене бути?

— Ви плануєте виступати як мінімум до Олімпійських ігор 2018 року або подивитесь, як пройде найближчий сезон?

— Так, уже витають думки про Пхенчхане-2018, є бажання побігати ще роки три. Але, звичайно, все буде залежати від здоров'я і результатів.

— З колишніми партнерами по збірній говорили про своє повернення?

— Поки я працювала в міністерстві і думала про майбутнє, їм було не до мене — дівчата щосили бігали на стартах за кордоном. Коли ж я прийняла рішення, ми змогли зустрітися

лише днями — на нагородженні кращих спортсменів в НОК України. А час нормально поговорити випало тільки на церемонії "Герої спортивного року".

До того ж у дівчат свої проблеми, я їх розумію: відпочити після тривалого сезону, відключитися від спорту і провести час з родинами. Так що про моє повернення вони подумують пізніше (посміхається). А президент ФБУ Володимир Бринзак, коли бачилися, нагадував, що в збірній мене чекають, та й тренер Григорій Шамрай говорив, що місце в команді для мене завжди є.

— *До слова, як вам подобні церемонії, коли спортсмени постають у вечірніх нарядах?*

— Ну, ви запитали! Якій жінці не подобається одягати вечірні сукні, ходити по червоній доріжці, та ще й отримувати нагороди? Дуже приємно поспілкуватися з колегами у неформальній обстановці, коли думки не сконцентровані на спорті.

— *Коли почнете готуватися до виходу на лижню?*

— Збори у нас стартують в середині-кінці травня. Спершу — стрілецька підготовка, далі — лижоролерна.

— *А під час роботи в міністерстві ви підтримували фізичну форму?*

— Підтримувала. Але як — не скажу (посміхається), і не питаєте.

— *Які враження залишила робота в міністерстві?*

— Було досить цікаво, хоча, звичайно, робота складна і відповідальна. Я аніскільки не жалкую, що пішла на цей крок, і у мене склалися прекрасні стосунки з людьми в міністерстві.

— *А чим саме ви займалися в профільному відомстві?*

— Мені довірили курирувати неолімпійські види спорту (а їх — 109), масовий спорт, ветеранів. Багато "не олімпійців" мене просто вражали своїм фанатизмом і відданістю спорту, незважаючи на мале фінансування або навіть його відсутність. А в цілому, вважаю, що вдалося зробити досить багато.

— *Коли стали заступник міністра, ставлення до вас у спортсменів змінилося?*

— Юля Джима почала мене називати Оленою Михайлівною (сміється). Та й інші подружки жартували. Ну, а в цілому мало що змінилося, все-таки всі ми люди спорту і добре один одного розуміємо.

— *Напевно, ви відчули, як ситуація в країні відбивається на спорті?*

— Конкретно, в зимових видах і тих, які прив'язані до виїздів за кордон, дуже багато проблем з курсами валют. Сама побачила, скільки тренерам і менеджерам доводиться пробігати з різними папірцями, стверджуючи плани зборів і т. п. Щоб розрулити такі питання — потрібно мати талант. А все це поміняти — не так легко, як здається.

— *В Україні біатлоністам досі ніде повноцінно готуватися?*

— На жаль немає. У нинішніх умовах для держави побудувати сучасний комплекс — нереальне завдання. В останні три роки у нас немає програми розвитку спорту, а проекти, що потребують нових вкладень, автоматично блокувалися. Так що надії — тільки на меценатів.

Єдине гідне, що недавно з'явилося, — база паралімпійців у Сянках, на [Львівщині](#), де проходив останній чемпіонат України. Правда, ми все одно прив'язані до снігу, а погоді не накажеш. Лижеролерне коло там поки невелике, але, думаю, якийсь літній збір в Сянках можна провести.

— *Як вам життя в Києві після рідного Тернополя?*

— Бурхливе. Ще недавно я говорила, що не змогла б, напевно, жити в столиці. Однак за рік звикла до цієї активності, і тепер, приїжджаючи до Тернополя, думаю, чому все так повільно рухаються і ніхто нікуди не поспішає (сміється). В цілому — в Києві більше можливостей.

Олена Підгрушна: "Хочеться повернутися і бути там, де я і була"

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://galsports.com/news>

5 квітня 2015

Титулована тернопільська біатлоністка прокоментувала своє рішення повернутися у великий спорт

- Чи складно було прийняти рішення, пропустивши лише один сезон, повернутися в спорт?

- Не скажу, що рішення складне, але серйозне. Пройшов рік, ми пробували, але не вийшло те, що було задумано. Плюс, у мене на даний момент чоловік мобілізований і він служить. І ось так от все стало складатися, та ще й з'явилося неймовірне бажання повернутися. Хочеться знову рухатися, знову в команду, в те життя, в якому я була 15 років. І я вирішила повернутися. Тим більше, ми подумали, що якщо зараз не вийшло з народженням дитини, то дай Бог, будемо намагатися після ОІ-2018. Але тоді вже точно ніхто нікуди поспішати не буде, і сподіваюся, до того часу вже буде стабільність в Україні.

- Що вам дав той рік, який ви провели поза спортом?

- У Міністерстві робота цікава, але неймовірно складна. Тому що це з одного боку і політична посада, а при тій ситуації, яка зараз в країні, складно починати щось. Але з іншого боку, це величезний досвід. Я побачила спорт інакше, хоча спортсмени раділи, що я прийшла, бо розумію їх, як спортсменів. Але мені тепер буде легше спілкуватися з тренерами, тому що я розумію, на що вони йдуть, щоб ми досягли успіху. Багато справ було розпочато, звичайно, не все було завершено, бо не так просто зламати ті схеми, які працювали роками. Але я буду потроху передавати справи і сподіватися, що всі починання будуть успішно реалізовані.

- Як гадаєте, легко зумієте переключитися знову на спорт?

- Я думаю, що назад повернутися до тієї роботи, яку я робила 15 років, буде набагато простіше.

- А конкуренції не боїтеся?

- Я дуже позитивно ставлюся до конкуренції, і чим гостріше і красивіше вона буде, тим краще нам буде боротися на міжнародній арені. У нас були такі підготовчі сезони, коли нас ставили в пару з Валею Семеренко, і ми з нею відпрацьовували ривки - то старт, то фініш, то ще щось, і так готували один одного. І це прекрасно буде, якщо у нас молодь така ж. Якщо буде, з ким боротися, це тільки на краще буде.

- А у вас особисто, які цілі, можна чекати повернення колишньої Олени Підгрушної?

- У мене одна мета - повернутися, як Підгрушна, а не займати які-небудь 50-і місця. Мені хочеться повернутися і бути там, де я і була. Звичайно, я не ставлю фундаментальних завдань перед собою, тому що я рік пропустила. Але ж у нас є приклад Дорін-Абер, яка продемонструвала, що через півроку після народження дитини можна виграти чемпіонат світу, так що все можливо.

Олена Підгрушна: "Я з піднесеним настроєм оптимізмом повертаюся у великий спорт" там, де я і була"

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://galsports.com/news>
27 березня 2015

Олімпійська чемпіонка та чемпіонка світу Олена Підгрушна прокоментувала своє рішення повернутися у великий спорт.

Також титулована українська біатлоністка поділилася думкою про нового наставника жіночої збірної і заявила, що конкуренцію в команді тільки вітає.

Про рішення повернутися у великий спорт

"За останній тиждень, коли я остаточно для себе все вирішила, коли почався цей перехідний період спілкування з тренерами, президентом Федерації, Міністром, моя помічниця зауважила: "Олено Михайлівно, ви такі щасливі!". І правда, я з піднесеним настроєм оптимізмом повертаюся. Навіть і не думала, що таке можливо".

Про підтримку форми

"Я не переставала рухатися, десь на лижах, в Києві багато можливостей: клуби, басейни, різні аеробіки та фітнес. Можливості були божевільні, було б бажання їх використовувати.

Одні можливості я могла використовувати, коли була на посаді заступника Міністра, а інші, коли вже зараз буду здавати свої справи і, тоді в мене буде час для підготовки до сезону".

Про плани на підготовку до сезону

"Ні, ще нічого не планували. Лише сьогодні у нашого тренерського колективу була тренерська рада. Коли прийдуть наші нові тренери, коли проговорився основні напрямки підготовки, початок зборів, тоді буду знати. Зазвичай, кінець травня — стандартний початок підготовки".

Про нового головного тренера жіночої збірної

"Як ставлюся до Ріко Гросса? У мене чоловік є! Я з ним не спілкувалася. Коли я почула цю інформацію, почитала в інтернеті його біографію, відгуки про нього. Склалося позитивне враження. Це спортсмен, який протягом довгого часу виступав на такому високому рівні, як в естафетах, так і в індивідуальних гонках. Плюс потім тренував і ми бачимо, що результат у дівчат був. Оптимізму це додає".

Про біатлонні сезони

"Взагалі, кожен сезон в біатлоні кардинально відрізняється один від одного, тому що змінюються місця проведення етапів Кубка світу. Звичайно, цей сезон був іншим, тому що в минулому сезоні всі хотіли показати вищий результат на Олімпійських іграх.

Цього року було видно нові обличчя, нові кадри, нові експерименти. Жіноча команда в естафетах змінювалася по етапах, мінялася склади. Це якраз був той сезон, коли тренери експериментують, пробують нововведення.

Наступний рік буде цікавим, тому що будуть два етапи Кубка світу в Америці, після чого чемпіонат світу в Норвегії. Поки мені навіть складно уявити, яка буде підготовка".

Про конкуренцію в жіночій збірній

"Звичайно, у мене були знайомі, які мені казали: "дивися у нас міцна молодь, будеш програвати". Я говорила: "якщо буду програвати, значить буду тренуватися, щоб не програвати". Я до конкуренції ставлюся абсолютно позитивно, так як без конкуренції ніколи не буде результату.

Якщо переживати про конкуренцію, яка є всередині країни, то який сенс їхати на міжнародні змагання? Якщо ми говоримо про міжнародну арену, ми повинні цю конкуренцію використовувати, як стимул для росту, розвитку і досягнення найвищих результатів".

Олена Підгрушна: "Вирішила, що треба повертатися зараз або ніколи"

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://galsports.com/news>
26 березня 2015

Олімпійська чемпіонка Олена Підгрушна прокоментувала своє повернення у біатлон.

— Я хотіла народити дитину, але не вийшло. І після цього я вирішила, що треба повертатися зараз або ніколи. Сподіваюся, що в Міністерстві на мене ніхто не ображається, я їх довго вмовляла, щоб відпустили без бою. — сказала Олена.

Олена Підгрушна зайняла 53-тє місце у списку 100 найвпливовіших жінок України

Джерело:

Галичина спортивна [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

<http://galsports.com/news>

20 листопада 2014

Олімпійська чемпіонка Олена Підгрушна зайняла 53-тє місце в рейтингу найвпливовіших жінок України за версією журналу «Фокус».

Підгрушна була призначена заступником міністра молоді та спорту України в березні цього року і вирішила пропустити сезон 2014/2015.

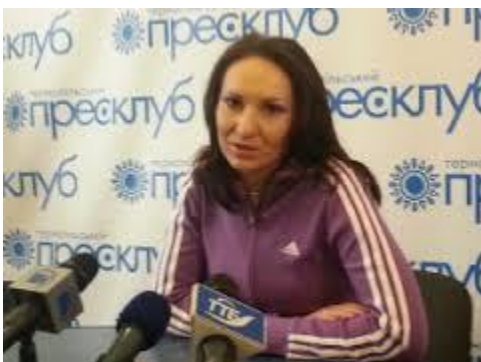
У 2014-му році в складі естафетної збірної України вона стала переможницею Олімпіади в Сочі.

Світлини:













НАУКОВЕ ВИДАННЯ

**ПІДГРУШНА
ОЛЕНА МИХАЙЛІВНА**

Життєвий шлях та спортивні досягнення
Бібліографічний нарис

Укладач – Ірина Свістельник