

Тхэквондистка Мина: «Если мне хочется кого-то отпинать – это мой муж. Он становится ходячей грушей»

Тхэквондистка Татьяна Мина рассказала, как муж помогает ей в тренировках.

- Твой муж тоже занимался тхэквондо на серьезном уровне. Сейчас работает тренером, ведет каналы про ваш спорт в телеграме и ютубе. Как вы делите рабочее и личное?

- Костя – тренер-аналитик мужской сборной, со мной он взаимодействует не так плотно – лапы поддержать, как-то помочь с анализом боев. У нас в женской команде для этого свой специалист.

Но все равно мне кажется, что лучше, чем муж, лапы мне никто не поддержит. Если мне хочется кого-то отпинать – это мой муж. Он становится ходячей грушей.

Иногда бывает сложный день – одна тренировка, вторая, – целый день тхэквондо. Ты приезжаешь домой, и у тебя на компьютере тхэквондо, на телевизоре тхэквондо – муж сидит и разбирает бои.

В эти моменты кажется, что тхэквондо слишком много в моей жизни. Но дома он меня старается этим не грузить.

- Муж бывает полноценным спарринг-партнером?

- Сейчас – нет. Он на 30 кг тяжелее меня. Но мы практиковали это во время карантина. Костя тогда был действующим спортсменом, мы тренировались дома – тогда еще жили в квартире.

Можно было делать полноценные боевые задания в жилетах и накладках. Помню, сначала он ходил с разбитой губой, потом – я. Зато мы после паузы вышли самыми подготовленными! – сказала серебряный призер Олимпиады-2020.