

Анна Фролова: «Надо усложнять прыжковые элементы. Каскады с риттбергером я исполняю на тренировках стабильно»

Фролова лидирует после короткой программы на Мемориале Николая Панина-Коломенкина (73,26 балла).

«Можно еще добавлять, но в целом я довольна. Мне кажется, я достаточно бодренько вкатываюсь, по прыжковым элементам я чувствую себя достаточно уверенно. Есть куда дорабатывать вторую половину программ, потому что хочется, чтобы это все было на одном дыхании.

Ну и, конечно, надо как-то усложнять прыжковые элементы, потому что каскады с риттбергером я исполняю на тренировках стабильно. Они не совсем уверенные у меня и не совсем будут выгодны в плане постановки программы, потому что, если ошибиться на каскаде в короткой, это можно очень сильно и далеко улететь.

Моя короткая программа – это новый опыт для меня, я невольно переношу в нее какой-то жизненный опыт, какие-то эмоции. Она ассоциируется для меня с очень глубоким одиночеством, которое вгоняет тебя в боль и уныние. Ты все пытаешься кого-то найти, за кого-то зацепиться, не понимая, что при этом находишься в абсолютно пустой комнате. В заключение я понимаю, что единственный, кто может меня вытащить из такого состояния, это я сама.

Волнения у меня сегодня не было, просто хотела сделать все четко и качественно, посмотреть, какие у меня помарки и ошибки сможет найти техническая бригада. Оцениваю свой прокат на 8 из 10. Сегодня не упала в дорожке, уже хорошо. Время есть еще, все доработаем.

После контрольных прокатов мы старались поработать над всеми замечаниями, полученных от наших самых профессиональных судей. Прокаты – это огромный буст для нас, потому что ты уже заведомо знаешь, где тебя могут подловить, где тебя могут снять оценку за какую-то ошибку или помарку», – сказала Фролова.