

Пример Алены вдохновляет и заряжает. Удивляешься тому, сколько в этой юной прекрасной девушке силы воли, выдержки, невероятного упорства и терпения. И эти скромные, до мурашек трогательные слова: «Меня зовут Евдокимова Алена, мне 20 лет. У меня детский церебральный паралич, правосторонний гемипорез». И тут же понимаешь, что серьезный диагноз - не помеха для многочисленных побед и свершений.

До восьмого класса Алена училась в школе для детей с ограниченными возможностями. А свой спортивный путь начала с занятий по фехтованию в группе для здоровых детей.

«В спорт я пришла очень интересным способом. Именно в свой спорт. Раньше я много чего пробовала: и плавала, и конным спортом занималась, и на гуслях играла, во многих сферах себя пробовала, адаптировалась, социализировалась. И потом где-то лет в десять по телевизору увидела соревнования по фехтованию среди здоровых, бегающих спортсменов. И мне так захотелось. Все, хочу фехтование, хочу не могу. Мама записала меня в группу к здоровым детишкам», - делится Алена.

Спустя полгода занятий тренер предложил попробовать Алене паралимпийское фехтование. «Мы подумали с мамой и решили пойти посмотреть. Секция паралимпийского фехтования была на Черкизовской в здании ГЦОЛИФКа. Мы приехали и попали на чемпионат Москвы. Тогда я не знала, что есть единые требования в этом виде спорта и что обязательный атрибут при таком фехтовании - коляска. У меня было лишь общее представление о фехтовании», - вспоминает Алена.

«На этом чемпионате я увидела так много людей на колясках, которые фехтуют, дерутся и кричат за каждый укол! А мне 10 лет. Я испугалась. Стало страшно. Как помню - я спряталась за колонну и

заплакала. Меня просто выбила из колеи столь непривычная и мощная атмосфера.»

Неизвестно, как бы сложилась в дальнейшем судьба Алены Евдокимовой, если бы в этот момент к ней не подошла Елена Борисовна Белкина, заслуженный тренер России, президент Федерации паралимпийского фехтования РФ, в народе «мать» российских фехтовальщиков. Елена Борисовна сумела найти нужные слова. Алена мигом вытерла слезы, оживилась и после некоторых раздумий согласилась заниматься фехтованием на колясках.

Так начался новый этап ее жизни в спортивно-адаптивной школе равных возможностей «Юность Москвы». «Конечно, это было необычно для меня, это была большая разница, - говорит Алена. В самом начале я пыталась совмещать фехтование и в группе для здоровых детей, и паралимпийцев. Но со временем пришлось выбирать, так как секции находились на разных концах Москвы».

Так Алена окончательно выбрала фехтование на колясках. А Елена Борисовна стала ее личным тренером. «Мои первые соревнования были спустя три месяца, когда я еще толком ничего не понимала, что и как делать. Меня вывезли на первенство России. И я заняла второе место. Во время фехтования за первое место я помню свои мысли тогда, совершенно не спортивные: «Мне и второго места хватит, для первого раза достаточно». Потом, конечно, когда я влилась во всю эту атмосферу, таких мыслей больше не было. До сих пор жалею, что так думала, можно было сразу взять и первое место».

Обычно у спортсменов при ежедневной нагрузке остается мало времени на учебу. Алена не исключение. «Да, - говорит она. - Пока не было серьезных соревнований, сборов, то совмещать было легко. Потом, когда появились результаты, начались более усиленные тренировки, сборы, стало сложнее. Мне приходилось пропускать

занятия. Потом перевелась в училище Олимпийского резерва №3, так как тренировки там могли проходить прямо на территории, что было очень удобно. В то же время я хорошо подготовилась к экзаменам: к ОГЭ, ЕГЭ. Спасибо всем учителям, которые со мной занимались. Большой вклад они внесли. И я смогла поступить в РГУФКСМиТ».

В 2013 году тренер Белкина вывозит Алену на первенство мира. «Это мои первые международные соревнования. Я там очень перенервничала, эмоции взяли верх, и я заняла 13 место из 14». «Очень сложно выехать на международные соревнования первый раз, и сразу всех «бомбануть», - делится Алена. Все равно к этому нужно сначала привыкнуть, набраться опыта».

А дальше именитая спортсменка продолжает: «Меня начали вывозить на первенство мира, но на взрослые соревнования пока не вывозили, потому что я еще была очень маленькая. Потом меня решили вывезти. Конечно, первый кубок был не очень удачным для меня. Потом вывезли на второй Кубок и решили поставить в команду. И, вот, мы берем золото. Первый раз за всю историю женского командного фехтования на шпаге. Мне 14 лет».

В четырнадцать лет у Алены уже формируется цель – попасть на Олимпиаду. Потом она удивительным образом успевает отобраться на Чемпионат мира. «Всего три человека от страны, и среди них я. До сих пор поражаясь. И опять мы берем первое место в команде», - говорит Алена.

Кто участвовал в подобных соревнованиях, может себе представить, что чувствовала в тот момент юная спортсменка.

«Год назад я даже представить себе не могла, что сюда попаду. А здесь не просто участие, а победа. Мы чемпионки мира 2015 года».

После этого чемпионата мира Алену Евдокимову начали вывозить на все соревнования. И, практически, на всех она была в восьмерке лучших. «Спасибо всем, кто со мной занимался. Я за год (а отбор идет 2 года) отобралась на Паралимпиаду в Рио-де-Жанейро. Для меня это было удивительное событие, на которое я не рассчитывала. Но, как известно, туда мы не поехали из-за допингового скандала».

За год до Паралимпиады в Рио начались жесткие, усиленные тренировки, за которыми последовали многочисленные соревнования, победы, медали. И девять лет непрерывного труда. «И, вот, у нас бронзовая медаль, третье место в командных соревнованиях на Паралимпиаде в Токио», - говорит счастливая Алена и с радостью смотрит на заслуженную награду. Легко, конечно, не было. За каждой медалью спортсмена стоит непрерывный труд, труд тренера, каждодневные изматывающие тренировки. Но это того стоит. И, как говорят старшие наставники, тренеры, формула успеха спортсмена на таких соревнованиях – сила воли, физическая подготовка и выносливость. У Алены все это есть.

Сегодня Алена Евдокимова, как и большинство фехтовальщиков, выступающих на колясках, фехтует в двух видах оружия: шпага и рапира.

Фехтовать на соревнованиях четыре дня подряд для нее норма. Но в Токио были особые условия.

«Я привыкла фехтовать четыре дня подряд. Но в Токио это было очень трудно. Трудно не физически, морально», - говорит Алена.

Отсутствие флага и гимна России для спортсменов на Играх - не единственное испытание. Максимум, что спортсмены смогли увидеть в Токио, - это Паралимпийская деревня, арена и город из окна автобуса. Были очень строгие правила из-за ситуации в мире.

Выматывали ковидные правила: ожидание результатов ежедневных ПЦР-тестов. А также пустые залы, давящая гробовая тишина.

«Но больше всего вымотали длительные паузы между соревнованиями, когда ты сидишь в отдельной комнате после разминки часа два и ждешь своей очереди выступить, выходить не имеешь права, инвентарь забирают.», - поясняет Алена.

На Играх в Токио Алену охватило невероятное чувство гордости за свою страну, за мир в целом при виде огромного числа спортсменов с ограниченными возможностями. «Я никогда не видела столько людей с инвалидностью в одном месте. Вот, человек без ног катается на скейтборде, а вот спортсмен трехметрового роста, вот паралимпиец без рук или без ног. Я испытала непередаваемые эмоции, гордость за всех этих людей!».

Для любого спортсмена очень важна поддержка родных, близких друзей. Неслучайно Алена любит свободное время проводить в кругу дорогих ей людей.

Главная заслуга приобщения к спорту принадлежит ее матери: Евдокимовой Ольге Ливерьевне, заведующей отделением Центр радиохирургии НИИ СП им. Н. В. Склифосовского. «Она у меня очень крутая, людей спасает», - гордо говорит Алена.

А лучшим и любимым примером является будущий муж Алены новосибирец Шабуров Максим, один из лучших фехтовальщиков на колясках в мире. Ему, как и его будущей жене, ДЦП и куча сопутствующих диагнозов не помешали стать заслуженным мастером спорта России. В 25 лет он является многократным чемпионом мира по фехтованию на колясках. Максим Шабуров на Играх вошел в историю как спортсмен, завоевавший для сборной

России первую серебряную медаль в личных соревнованиях на шпаге, а также стал золотым призером Паралимпиады в командных соревнованиях. «Он тоже левша, мы с ним очень похожи. И я очень хочу на него равняться», - разоткровенничалась Алена.

Максим и Алена готовятся сыграть свадьбу в октябре. А после свадебного путешествия новые цели и планы. Летние Паралимпийские игры 2024 года в Париже, промежуточные отборочные соревнования, усиленные тренировки и работа на результат. «Я планирую еще лет 20 фехтовать. В нашем виде спорта техника приходит с опытом.», - говорит Алена.

История успеха Алены – пример безграничных человеческих возможностей. И результат ежедневной работы над собой. Спортивные занятия, движение – помогли Алене не только стать физически выносливой, иметь терпение и выдержку, но и адаптироваться в обществе. «Нужно заставлять себя что-то делать, просто на диване сидеть – не вариант. Я научилась разговаривать с людьми. Нужно реально двигаться, что-то делать, само ничего не случается. Все спортсмены, люди с ограниченными возможностями – они большие молодцы. Они перебороли свою проблему, свою беду, встали и пошли. Пошли работать и прославлять свою страну».