

НАТАЛЬЯ ДУБОВА

# ТАК СКАЗАЛ ТРЕНЕР

Смешные и грустные  
истории из жизни тренера,  
воспитавшего чемпионов

МОСКВА  
2021

УДК 796.912  
ББК 75.719.6  
Д79

На обложке: *Наталья Дубова*  
с учениками *Мариной Климовой* и *Сергеем Пономаренко*

В оформлении обложки использована фотография:  
© Яковлев Александр / Фотохроника ТАСС

**Дубова, Наталья Ильинична.**

Д79

Так сказал тренер / Наталья Дубова. — Москва, 2021. — 224 с.

Всю свою тренерскую карьеру Наталья Дубова посвятила танцам на льду, прекрасному, но весьма субъективному виду фигурного катания. Эта книга — воспоминание о профессиональной жизни, учениках и их победных выступлениях, о конкуренции, о работе в США, о семье и, конечно же, о танцах.

Наталья считает, чтобы победить — надо быть «на две головы выше» соперников. Это, на её взгляд, единственный способ стать лучшими в мире. И все же иногда из-за субъективности арбитров приходилось преодолевать стрессы и идти дальше.

Обо всём этом она написала в книге.

УДК 796.912  
ББК 75.719.6

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

Для широкого круга читателей

## Дубова Наталья Ильинична ТАК СКАЗАЛ ТРЕНЕР

Страна происхождения: Российская Федерация  
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»  
123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Факс: «ЭКСМО» АКБ Биеласы.

123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй, 1 қимат, 20 қабат, офис 2013 ж.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Түбір белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазины: [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
Импортер в Республику Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»,  
Казахстан Республикасындағы импортшы: «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Дистрибутор и представитель по приемке претензий на продукцию,  
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Казахстан Республикасындағы дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды  
қабылдаушының өкілі: «РДЦ-Алматы» ЖШС,  
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өзінше жарамдық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат: сайтта: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ  
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырлмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 19.08.2021.

Формат 60x90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 14,0.

Тираж 1500 экз. Заказ

12+

■ ПЧИТАЙ · ГОРОД

В электронном виде книги издательства вы можете  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

ЛитРес:  
одна книга — один клик



ISBN 978-5-60-467410-9



9 785604 674109 >

book 24.ru

Официальный  
интернет-магазин  
издательской группы  
"ЭКСМО-АСТ"

© Наталья Дубова, текст, 2021

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

ISBN 978-5-60-467410-9

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Вместо предисловия . . . . .	8
Глава 1. Для начала заглянем в мой блокнот . . . . .	12
Глава 2. Пора выходить на лёд. Как найти свою «половину» . . . . .	27
Глава 3. Две системы, два подхода . . . . .	33
Глава 4. Сумбур воспоминаний . . . . .	38
Глава 5. Тренер... какой он . . . . .	78
Глава 6. Канадский марафон. . . . .	97
Глава 7. Портреты . . . . .	113
Глава 8. Мои коллеги — мои кумиры. . . . .	154
Глава 9. Любимый номер Карло Фасси. . . . .	165
Глава 10. Байки с Олимпиад. . . . .	171
Глава 11. Бабушки и внуки. . . . .	184
Глава 12. Почему я на ней женился . . . . .	199
Эпилог. Дни сегодняшние . . . . .	204



«Наталья Ильинична Дубова – один из опытнейших специалистов в танцах на льду мирового уровня, заслуженный тренер СССР, подготовивший целую плеяду спортсменов, побеждавших не только на чемпионатах мира и Европы, но и становившихся в дальнейшем олимпийскими чемпионами.

Высочайший профессионализм в сочетании с неисчерпаемой энергией, любовью и преданностью делу всей своей жизни, которым фигурное катание волею судьбы стало для Натальи с раннего детства и по сей день, заслуживает самого глубокого уважения.

А искромётный юмор и оптимизм Натальи, которому всегда находится место даже в самых сложных жизненных ситуациях и очень непростых тренерских буднях, вызывает искреннюю симпатию.

Словом, Наталья Ильинична, оставаясь всегда красивой и обаятельной женщиной, сумела воплотить в себе яркую и успешную личность, сохранив при этом главные семейные ценности.

Уверен, книга Дубовой «Так сказал тренер...» найдёт своего благодарного читателя.»

***Александр Георгиевич Горшков,  
Президент Федерации фигурного  
катания на коньках России,  
заслуженный мастер спорта,  
олимпийский чемпион***

«Наталья всегда была новаторским тренером. Она вывела этот вид фигурного катания на новый уровень артистизма. Спродюсировала множество незабываемых программ. Одна из них навсегда останется в истории танцев на льду.

В 1987 году Марина Климова и Сергей Пономаренко продемонстрировали в Москве оригинальный танец «Золотой вальс» в постановке Натальи. Позднее «Золотой вальс» был принят Международным союзом конькобежцев за образец танца и исполнялся последующими поколениями фигуристов на чемпионатах и Олимпийских играх.»

***Галина Гордон-Полторак,  
Председатель технического  
комитета ISU по танцам на  
льду***

**В** начале пандемии мне позвонила Марго, хотела узнать — всё ли у нас в порядке. Мы долго разговаривали, вспоминали её успехи на льду, когда-то юной фигуристки... Более внимательной и исполнительной ученицы, чем она, я, пожалуй, не встречала.

— Ну, как я могла не выполнить, если так сказал тренер, — услышала от Марго.

Вот с её «лёгкой руки» и получилось название этой книги.

Сегодня Марго Кржижевская успешно руководит огромной продюсерской компанией. Она мама трёх замечательных детей. Всё это не мешает Марго оставаться внимательной, заботливой, отзывчивой — Человеком большой души.

## ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

**Я** долго размышляла о своей книге. Конечно, в первую очередь хотела рассказать о спортсменах, которых вырастила и которые завоевали все возможные титулы. Это наверняка всегда интересно.

В начале мучил вопрос: прошло много лет с тех событий, так ли актуально всё, о чём я планирую написать? Каждую главку «прокатывала» друзьям. И только получив их одобрение, продолжала работать дальше. Решила — вспомню о том, что происходило «на кухне» спорта, какие жуткие пришлось пережить стрессы, сколько препятствий пришлось преодолеть для достижения побед мне и моим ученикам в нашем прекрасном, но весьма субъективном виде фигурного катания — танцах на льду.

Многие, взглядываясь в экран телевизора, мечтают однажды оказаться за кулисами большого турнира или показательных выступлений фигуристов. Эти кулисы я постаралась приоткрыть для моих читателей.

Извечная проблема фигурного катания — переманивание учеников — и сегодня в центре внимания. Так что и на эту тему я высказала своё мнение.

Рассказала я и о нюансах, о тех специфических вещах спортивной жизни, которые, уверена, принесут



пользу подрастающим мастерам и их родителям, объяснят как и что молодым тренерам. Покажут поклонникам фигурного катания их увлечение с нового ракурса.

Когда-то в Японии вышла моя автобиографическая книга. Японские фанаты фигурного катания быстро раскупили многотысячный тираж. Их увлѣк рассказ о жизни тренера и чемпионов из другой страны. Теперь я обращаюсь к российским читателям и надеюсь — их заинтересует многое из нашей жизни, как в советское время, так и в период становления новой России.

Мне есть чем поделиться и из опыта тренера, ведь за плечами полвека профессиональной работы на льду.

Ну, а сначала немножко «анкетных данных».

#### **Родилась в Москве.**

**Родители:** папа, Илья Бах, боевой офицер, участник ВОВ, кандидат наук, математик; мама, Лилиана Кундель, заслуженный врач, душа семьи. Папа умер давно. Мама чуть-чуть не дождалась моего 70-летия.

**Семейное положение:** замужем. Муж Семѣн Белиц-Гейман, тот самый неповторимый знаменитый пловец: 67 рекордов Советского Союза, рекордсмен мира, чемпион Европы и двукратный медалист Олимпийских игр. Журналист и тренер.

**Дети:** сын Кирилл — бизнесмен. Отзывчивый, внимательный, заботливый. Спортивный, крепкий, волевой.

**Места работы:** Москва — «Спартак». США — Международная школа по танцам на льду — Олим-

пийский центр штата Нью-Йорк, Лейк-Плэсид. Стэмфорд, рядом с Нью-Йорком, всего в 30 минутах. И сейчас продолжаю работать.

**Профессиональный стаж:** более 55 лет.

**Ученики и воспитанники:** Марина Климова и Сергей Пономаренко, Майя Усова и Александр Жулин, Оксана Грищук и Евгений Платов, Татьяна Навка и Самвел Гезальян, канадцы Ше-Линн Бурн и Виктор Краатц и многие-многие другие.

**Профессиональные достижения:** создание новых танцевальных дуэтов и их победы на чемпионатах Европы, Азии, четырёх континентов, мира и Олимпийских играх.

Танцоры Японии и Китая (впервые на Олимпиаде), Финляндии и Германии, Австрии и Польши, Австралии и Белоруссии, Армении и Венгрии, Узбекистана и Казахстана, Украины и Чехословакии, Франции (выиграли Олимпиаду-2002), Израиля (первая и пока единственная медаль чемпионата мира), Турции (привела к серебряным медалям на Всемирной Универсиаде) и, конечно же, США и Канады — это ещё неполный список.

**Награды:** главная — внук Саша, а также ордена, медали и звания.

**Успех:** летом получила комплимент от мужа, что мой «собачий стиль» в плавании вполне напоминает брасс. Так что держитесь, пловцы-ветераны, если выйду на старт в «Мастерс».

**Люблю в жизни:** вкусно поесть (но худеть хочу всегда), музыку, балет. Учиться у людей умных и умелых всему, что не знаю и не освоила. Совершать про-

гулки, плавать в океане, читать, быть в курсе всего в мире, собирать вокруг себя интересных людей, рисовать, одеваться, наряжаться, улыбаться.

**Волнуюсь:** за здоровье своих близких.

**Последние памятные события:** первый раз съездили в Бостон не на машине, а на поезде — здорово. Сходили на тусовку в «Дольче и Габбана», отметились на концерте Леди Гага. Посетили прощальный спектакль прославленной Дианы Вишнёвой на сцене «Метрополитен». Посмотрели новые постановки балетмейстера Алексея Ратманского в Американском театре балета. Незабываемой осталась и встреча с дивой мировой оперы — Хиблой Герзмава. Побывали на премьерах в Большом, МХАТе, Вахтанговском театрах.

**Самый приятный эпизод:** разговор по телефону с внуком. Он рассказал свой рецепт приготовления пасты, и у меня получилось отличное блюдо с томатным соусом.

**Хочу изменить:** сверхранимость, пристрастие к докторской колбасе, привычку ходить в обуви на низких каблуках. Ещё хочу научиться у нашей невестки Тани классно шить и вязать.

Наверное, главное, что забыла отметить — если вам интересно, читайте мои истории и советы. Всё, что вы найдёте в этой книге, я писала сама.

## ГЛАВА 1.

### ДЛЯ НАЧАЛА ЗАГЛЯНЕМ В МОЙ БЛОКНОТ

...У меня было столько встреч с интересными людьми и специалистами, с которыми мы общались и совместно работали, что и не счесть. Их профессиональные советы помогали мне растить чемпионов. За годы в блокнотах скопилось много, на мой взгляд, полезных записей.

Известный фигурист и прекрасный художник Толлер Крэнстон (я вспоминаю о нём в книге) как-то сказал мне: «Чтобы ты ни поставила на льду — классику, тему, известную много лет, — ты должна добиться, чтобы это интересно звучало сегодня и сейчас, то есть — идти в ногу со временем».

\* \* \*

До сих пор удивляюсь, как смогла в один прекрасный момент уговорить, убедить и в итоге настоять в кабинетах власти, что советским фигуристам на льду нужно не только научиться быть блистательными классическими танцорами, но и познать современный танец. И вот в Москву по нашему приглашению

прилетел Джузеппе Арена — хореограф балетной труппы миланского «Ла Скала» и в то же время опытный постановщик современного танца. Необычайно талантливый хореограф впервые пробовал себя в новой роли. Как же интересно было с ним работать! Именно тогда я смогла воссоздать на льду настоящий блюз — с намёками и недоговорённостью.

Спасибо Джузеппе за нашу прогулку по Милану с неожиданным (это был его сюрприз) визитом в мастерские Дома моды «Труссарди», где и состоялось моё близкое знакомство со специалистами высокой моды. Когда вернулась в Москву, у меня не было сомнения — костюмы моим ученикам для выступлений создадут замечательные итальянские модельеры.

\* \* \*

С первых дней олимпийской подготовки к Играм-2002 мне пришлось заниматься с французским дуэтом — Мариной Анисиной и Гвендалем Пейзера. По регламенту соревнований предстояло катать в сезоне и на Олимпиаде два обязательных танца. Фигуристы знают, как важно овладеть в совершенстве «обязаловкой». Марина и Гвендаль так прибавили за несколько месяцев в техническом мастерстве, что, когда испанский хореограф Антонио Нахаро приехал посмотреть свою постановку оригинального танца фламенко на льду, то был поражён, как его задумки ребята выполняли быстро и без помарок, на высоком эмоциональном уровне.

Выиграв на олимпийском льду «обязаловку» и великолепно исполнив фламенко, Марина и Гвендаль предопределили свой золотой успех в Солт-Лейк-Сити. По жеребьёвке они оказались первыми в сильнейшей группе. Как же они волновались! Наша маленькая команда, конечно же, «сохраняла спокойствие». Марине и Гвендалю оставалось чётко и без ошибок исполнить произвольную композицию. Так оно и случилось. Когда через час после награждения медалями олимпийских чемпионов, на пресс-конференции в Доме французской делегации, меня спросили, каким образом Марине с Гвендалем удалось победить русскую пару, то, не сомневаясь, я пошутила: «У русских могут выиграть только русские». Судя по реакции, эти слова привели французов в восторг. Транслировали интервью в центр Парижа на огромные телеэкраны.

\* \* \*

К сожалению, не все титулованные звёзды балета, с которыми мне пришлось поработать, смогли привести в фигурное катание то, что я от них ждала.

\* \* \*

Бальные танцы — ещё один шаг к мастерству. Демонстрацией этого служит моё творческое сотрудничество с танцором и педагогом Игорем Кондрашевым. Очень быстро я увидела, что спортсмены, занимаясь

с Игорем на паркете, стали лучше чувствовать и ритм, и синкопы. Убедилась я в пользе уроков мастера балльных танцев и непосредственно на льду.

\* \* \*

Жизнь мне сделала подарок — за десять лет моё знакомство с Ириной Александровной Колпаковой превратилось в настоящую дружбу. Замечательная русская балерина, прекрасный педагог, более 30 лет работает в Нью-Йорке с лучшими мировыми звёздами балета. Ирина Александровна открыла мне дверь в свою лабораторию. Какое счастье бывать на репетициях в театре, смотреть на её работу, заряжаться её энергией и мастерством!

\* \* \*

Продолжаю листать блокнот. В нём есть и пожелтевшие страницы.

На зимней Олимпиаде 1980 года в Лейк-Плэси-де я была в группе специалистов и впервые с трибуны наблюдала за сильнейшими фигуристами мира. Среди танцоров я обратила внимание на молодую английскую пару — Джейн Торвилл и Кристофер Дин. Они оказались пятыми. Их техническая подготовка уже тогда отличалась от других дуэтов. Выбранный ими путь был мне близок и понятен. Через четыре года на Олимпиаде в Сараево Торвилл и Дин не было