

Текст и фото: Дарья Гречанникова

# Победный подарок

*Спортом может заниматься каждый. Мы убедились в этом, пообщавшись со спортсменкой из Новокузнецка Анастасией Пузановой. Она — наглядное доказательство того, что возможности человека не ограничены. Было бы желание, а силы найдутся.*

**Р**одом Настя из Междуреченска, росла, как и большинство других детей. Но восемь лет назад попала в автомобильную аварию, с тех пор она передвигается только в коляске.

— Долгое время лежала, нельзя было даже сидеть. К передвижению в коляске привыкала долго, — вспоминает Анастасия.

В 2010 она впервые пришла в междуреченский спортивный зал «Добрыня». Начала заниматься силовыми видами спорта: пауэрлифтингом и армрестлингом.

Появились первые победы, призовые места на чемпионатах Сибири.

— Однажды на одних спортивных мероприятиях мы встретились с Сергеем Анатольевичем Поддубным, и он предложил попробовать свои силы в настольном теннисе, подарив мне ракетку. Это был очень знаковый для меня подарок — подарок от чемпиона мира по настольному теннису! — рассказывает спортсменка. — С того момента я начала играть в настольный теннис и чувствовала поддержку Сергея Анатольевича постоянно.

Позже Анастасия переехала в Новокузнецк, для того что бы учиться в колледже. Но со спортом решила не расставаться и обратилась по совету наставника к тренеру Максиму Слаботчукову. Уже на новом месте она продолжила тренировки по настольному теннису. Через год на чемпионате России



ей удалось занять третье место.

— Это меня очень обрадовало, и я решила не останавливаться на достигнутом, продолжать тренировки, — делится воспоминаниями Анастасия.

— Самое сложное в тренировках — это добраться до них, — говорит Настя. — Не имея возможности передвигаться без инвалидной коляски, добираться сложно и затратно. Без посторонней помощи в спортивный зал попасть бывает очень трудно. Но все это мелочи, когда есть желание и цели!

Упорство и рвение спортсменки приводят к соответствующим результатам. На данный момент Анастасия Пузанова — серебряный призер по настольному теннису среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата Всемирных игр ампутантов и колясочников «IWAS-2015», а также двукратный бронзовый призер чемпионатов России, серебряный призер Кубка России, победитель всероссийского

командного турнира «Кубок Петра», абсолютная чемпионка Кузбасса, двукратная победительница Кубка Губернатора Кемеровской области.

— Одними из самых запоминающихся соревнований были соревнования в «IWAS» в Сочи. Хотя дались они непросто, — делится впечатлениями теннисистка. — Это первые мои международные соревнования. Постоянно приходилось преодолевать волнение. В финале мне выпало встретиться с еще одной представительницей России, у которой за плечами уже были выезды на международные соревнования. Она намного быстрее смогла собраться и показать более сильную игру.

Но тренер и его подопечная уже разобрали все недочеты и готовятся к следующим соревнованиям. Впереди чемпионат Кузбасса и Кубок Губернатора Кемеровской области, а следом — чемпионат России. Удачи тебе, Настя! 📞