



Май 2019 года для Самары ознаменовался ярким событием в мире единоборств и стал значимой вехой в спортивной карьере и в жизни Алексея Рякова – президента Федерации профессионального кикбоксинга Самарской области и руководителя Клуба единоборств «Александр Невский». На международном турнире по смешанным боевым единоборствам «Битва на Волге – 12» (GFC 12) Алексей, почти десять лет не выступавший на профессиональном ринге, вышел на поединок с более молодым и сильным соперником в самой жёсткой версии кикбоксинга K-1 и завоевал пояс чемпиона мира. В беседе с победителем мы узнали, что такое безграничная сила воли, сверхъестественное мужество и мечта всей жизни.

## ПУТЬ К МЕЧТЕ АЛЕКСЕЯ РЯКОВА

текст Алексей Сергушкин

**С&Г Алексей, расскажите, как вы начали заниматься спортивными единоборствами?**

**Алексей Ряков** Родился я в Самаре и, как большинство пацанов, проявлял интерес к самым разным единоборствам. Поэтому в спорт пришёл довольно рано – во втором классе папа отвёл меня в секцию бокса. Так повезло, что нашим соседом был Виктор Кузьмич Дораев – легендарный тренер нескольких чемпионов и призёров СССР по боксу. В то время он руководил спортклубом «Волга», и именно там начался мой спортивный путь. Мне на всю жизнь запомнились слова Виктора Кузьмича, которые он написал обо мне в своей рекомендации для другого тренера: «Отправляю тебе будущего чемпиона мира». Мне тогда было 8 лет.

Несколько лет я занимался боксом, но на рубеже 80-х и 90-х годов, когда в стране вновь легализовали карате, а в видеосалонах появились фильмы с участием таких мастеров боевых искусств, как Брюс Ли, Джеки Чан, Чак Норрис, Жан-Клод Ван Дамм, вся молодёжь опять потянулась в восточные единоборства. Я пошёл в одну из первых возникших в тот период секций карате в доме на проспекте Ленина, 1. Меня тренировал Валентин Беспалов, его наставником был Сергей Гамов, а руководил секцией Александр Петрович Семенюк – известная личность в самарском мире единоборств.

Мне очень нравилось там заниматься, выступать на соревнованиях местного уровня – городских, областных. Однако секция через два года закрылась. Я начал ходить из одной секции в другую, но времена, как вы понимаете, были сложные – начало 90-х – и во многих секциях спорт как таковой был не главным. А мне хотелось расти именно как спортсмену, выступать на соревнованиях высокого уровня. Наконец, я нашёл то, что искал. Это была секция в аэрокосмическом университете, руководил которой Андрей Ивашкин, наш «сэнсэй», а моим непосредственным тренером стал его ученик Иван Першин. Тоже легендарные личности.

После подвальных помещений меня поразил просторный зал, где занималось много народа. Поначалу было очень тяжело – серьёзные нагрузки, серьёзное отношение к тренировкам. На спаррингах много получал, так как техника была более жёсткая, контактная. Но это меня еще больше заводило, и уже через полгода я утвердился в основном составе и начал ездить на городские и областные соревнования, показывал результаты. И после того, как в 18 лет на чемпионате России стал третьим (из 43 участников в моей весовой категории), мне присвоили звание мастера спорта и начали платить зарплату. А когда вскоре меня единственным из полусотни наших самарских ребят включили в состав сборной России, и начались поездки на международные турниры, понял, что мечта начала сбываться.

**С&Г Каких успехов вы добились на международной арене, и чем вам запомнились эти годы? Не возникало ли желание уехать из России?**

**А.Р.** Первый мой зарубежный турнир проходил в Венгрии, а серьёзного успеха впервые добился в Париже, став чемпионом Европы. Потом были успешные выступления в Люксембурге, Хельсинки и в других городах и странах. Помню, что после того, как я в 1998 году первый раз выиграл Чемпионат Европы, мне подарили автомобиль – новую вазовскую «девятку» модного цвета «приз». По тем временам это было круто. Конечно, во время первых заграничных поездок поразил контраст с нашей действительностью, я был как Алиса в стране чудес. Но желания уехать из страны насовсем не возникало. Всегда тянуло домой, в Россию, где было любимое дело, друзья, родители, которые всегда поддерживали меня, были счастливы каждой медали, каждому кубку, каждой моей победе или просто хорошему выступлению.

К тому же, поскольку я тренировался в аэрокосмическом университете, то по совету тренера поступил туда учиться, чтобы, как он говорил, тренировать не только мускулы, но и голову. Причём учился на одном из самых сложных факультетов – на инженера воздушного транспорта.

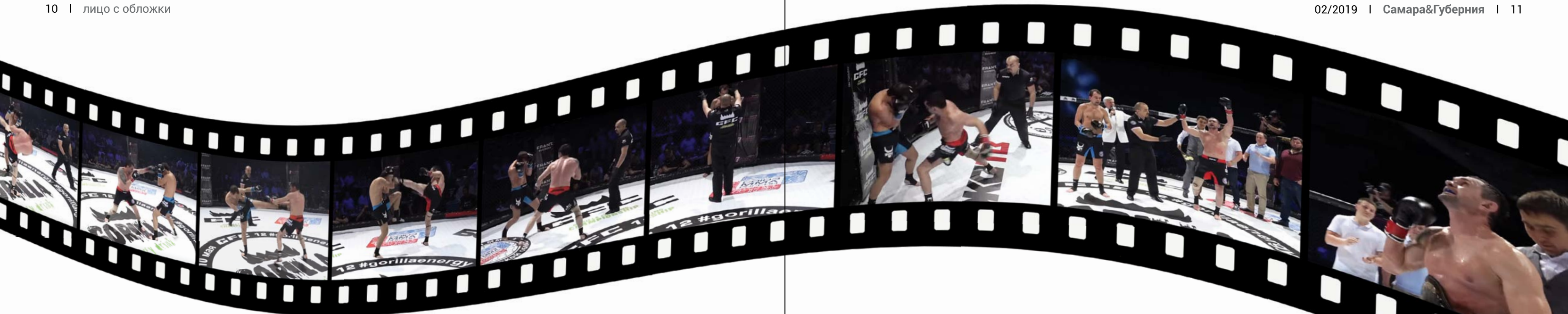
Окончив институт, продолжал тренироваться и как-то незаметно для себя отслужил в армии, в спортивной роте ЦСК ВВС, выступая за сборную России от Вооружённых сил. Еще продолжая выступать на профессиональном ринге, я уже работал и как тренер – готовил сборную Самарской области по контактному карате.

**С&Г Когда же вы пришли к кикбоксингу?**

**А.Р.** До середины 90-х годов кикбоксинга у нас практически не было. Все занимались контактным карате. Лишь в конце 90-х кикбоксинг начал завоевывать нашу страну, особенно после появления K-1, когда японская версия кикбоксинга стала одним из наиболее развитых профессиональных единоборств в мире.

Когда я был главным тренером самарской сборной, правила контактного карате изменили, сделали их более строгими. За жёсткий контакт наказывали, и этот вид в значительной степени потерял зрелищность. Тогда мы и решили переквалифицироваться на кикбоксинг. Тем более что поединки по версии K-1 наиболее приближены к контактному карате. Их отличает высокая интенсивность, большое число ударов руками и ногами. Можно сказать, что K-1 – это наиболее жёсткая версия кикбоксинга.





Начали развивать новое направление, ездить на соревнования. И в 2013 году два моих ученика – Шамиль Абасов и Михаил Тютерев практически синхронно стали чемпионами мира. Абасов выиграл финал чемпионата мира по версии WAKO в Бразилии, а Тютерев неделей позже завоевал чемпионский пояс на чемпионате мира по версии TNA в Казани, пройдя перед этим четырёх очень сильных соперников, в том числе двух действующих чемпионов мира.

**С&Г Наверное, успех ваших учеников и стал отправной точкой для создания Федерации профессионального кикбоксинга Самарской области?**

**А.Р.** Во многом да. Меня поразило, что такие большие победы остались незамеченными. Впервые самарские спортсмены выиграли чемпионат мира по кикбоксингу, а их не пришёл поздравить ни один спортивный чиновник. Лишь в одной из газет мелькнуло небольшое поздравление. Понятно, что вид спорта не олимпийский, и поэтому министерство поддерживает только любительскую федерацию, основная цель которой – вовлечь больше молодёжи в занятия единоборствами. Но разве не важен престиж Самарской области на международной арене? Поэтому дальше развивать этот вид спорта мы решили через создание Федерации профессионального кикбоксинга Самарской области. Она появилась в том же 2013 году. Это позволило нам получить достаточную независимость и самостоятельность, привлечь людей, которые интересуются спортом, спонсоров, открыть филиалы, проводить профессиональные и любительские турниры.

**С&Г Расскажите, как появился Клуб единоборств «Александр Невский» с таким великолепным залом.**

**А.Р.** Мы к этому шли несколько лет. Наш первый зал на Ново-Садовой площадью 150 квадратных метров сегодня кажется тесной комнаткой. Чуть легче стало в 2015 году, когда мы открыли зал на улице Ленинской площадью 320 квадратов. Там даже удалось разместить небольшое спортивное

кафе и магазинчик спортивного инвентаря. Стало больше ребят заниматься. Но, конечно, и тот зал не идёт ни в какое сравнение с нынешним.

Клуб единоборств «Александр Невский» на Московском шоссе открылся в 2017 году. Гордость клуба – большой просторный спортивный зал с высокими потолками. Его общая площадь составляет 1200, а полезная – около 600 квадратных метров. Я считаю, что на сегодня это один из лучших залов Поволжья. Здесь разместились полноценный ринг, клетка-октагон для поединков, зона функционального тренинга и многое другое, что необходимо для полноценных тренировок профессиональных спортсменов.

В соответствии с нашей задумкой, клуб «Александр Невский» объединил представителей многих видов единоборств: кикбоксинг, бокс, джиу-джитсу, тайский бокс, грепплинг, ММА, боевое самбо и других. У нас задействованы лучшие тренеры Самарской области, царит комфортная дружелюбная атмосфера. Ребята занимаются с удовольствием, и сегодня появилось много талантливых молодых спортсменов, которые пробуют свои силы на престижных турнирах.

Хочу подчеркнуть, что всё это сделано нашими собственными силами и силами наших партнёров и спонсоров. Это было непросто, но мы исполнили то, что задумали, ведь наш девиз и в спорте, и в жизни – «Не отступать и не сдаваться!».

**С&Г Вы это ярко продемонстрировали, выиграв чемпионский пояс. Что вас подвигло после такого большого перерыва, в 41 год, вновь выйти на столь серьёзный поединок? Как проходили подготовка и сам бой?**

**А.Р.** К этому шагу меня вели многие причины: и детская мечта, и жизненные обстоятельства, и личные мотивы, и, конечно, какой-то внутренний вызов самому себе и окружающим, который зрел многие годы. Всё это в один прекрасный момент совпало, и я позвонил и сообщил о своём желании Александру Гурьянову – президенту федерации ММА Самарской области, руководителю промоушена «Битва на Волге». И я ему безмерно благодарен за предоставленную возможность подраться на этом турнире. Он – один из немногих людей, приложивших действительно большие усилия для осуществления моей мечты.

Соперника себе я не выбирал, и если честно – мне было безразлично с кем драться. Подготовка к чемпионскому бою длилась полгода. На этом пути мне пришлось преодолеть множество тяжелейших препятствий, испытаний. Так как я готовился и проводил спарринги с сильнейшими кикбоксерами России – Александром Стецуренко, Арменом Исраеляном и другими ребятами, – то в процессе подготовки было много травм: сломал ребро, порвал сухожилие на ступне, повредил правое колено, за три дня до боя сломал палец на ноге. И это не считая более мелких травм. В течение последней недели перед боем держался на уколах и процедурах. Многие родственники и друзья меня активно отговаривали от участия, но отступать я не привык и положился на судьбу.

Моему сопернику Максиму Зотову 34 года. До нашего боя он выиграл Кубок России, чемпионат ПФО, стал третьим на чемпионате России, три боя провёл в Таиланде на турнире по тайскому боксу. Именно с ним мне пришлось драться 10 мая в «МТЛ Арене». Это был очередной турнир по смешанным боевым единоборствам «Битва на Волге – 12» (GFC 12), бой за звание ERA WORLD SERIES CHAMPION по версии K-1 во втором среднем весе (75 кг). В течение первого раунда мне удавалось атаковать, однако в самом его конце я пропустил сильнейший удар, после которого едва не ушёл в нокаут. Перерыв позволил

прийти в себя, хотя травмы всё больше давали о себе знать. В начале второго раунда во время атаки мне удалось зацепить соперника в правое подреберье, в область печени. Я понял, что это мой шанс, и вложил всю свою энергию, всю душу, всю решимость, атакуя в нужном направлении. Я вкладывался в каждый удар, не давая сопернику ни на миг опомниться. После двух нокадаунов на 55-й секунде второго раунда я его нокаутировал. За момент до этого тренер соперника выбросил на ринг полотенце, чтобы остановить поединок, признавая поражение. Таким образом, я одержал победу техническим нокаутом и стал чемпионом мира.

Эмоции, конечно, переполняли. В зале было много родных и близких. Людей, которых я люблю. Они меня активно поддерживали, и за это я им очень благодарен.

**С&Г Цель достигнута, что дальше? Ведь в 42 года удержаться на вершине профессионального спорта, особенно в единоборствах, очень сложно.**

**А.Р.** Я чувствую в себе силы, и мне уже сделали новые предложения подраться. Меня они не пугают – я не боюсь соперников, не боюсь поражений. Просто для того, чтобы идти дальше своей давней детской мечты, мне надо понять, ради чего или ради кого я это делаю. Если у меня будет такая мотивация, меня никто не остановит. Я могу собраться в кулак и идти вперёд несмотря ни на что. Сколько раз я за эти полгода в буквальном смысле сжимал зубы. Но даже если бы перед боем у меня отняли ногу, я всё равно вышел бы драться.

Самое главное достигнуто – я стал чемпионом мира. И это звание у меня никто никогда не отнимет. Сейчас надо больше внимания уделить своему здоровью, залечить травмы. А дальше будет видно.

**С&Г Внешне вы производите впечатление человека очень собранного, волевого. Можно ли вас представить расслабленным, отдыхающим?**

**А.Р.** Да, конечно. Чаше всего я отдыхаю, расслабляюсь рядом со своей семьёй. И сегодня я счастлив, что у меня есть дорогие мне люди, которые наполняют мою жизнь смыслом.

**С&Г Какие у вас планы работы в качестве президента федерации?**

**А.Р.** Мы хотим в нашем зале проводить как можно больше любительских турниров, для этого готовы к развитию взаимодействия с другими федерациями спортивных единоборств – бокса, дзюдо, джиу-джитсу, любительского кикбоксинга. Нужно поддерживать отношения, реализовывать совместные проекты. Спорт способен объединять людей разных взглядов, профессий, религий. И мне очень приятно, что наш зал служит этому.

Рад, что у меня есть надёжные партнёры и друзья, которые меня всегда поддерживали и поддерживают. В их числе те, кто ходит к нам в клуб заниматься.

Нам необходимо воспитывать здоровую, честную, любящую молодёжь, развивать профессиональный спорт. Хочется, чтобы у наших ребят было больше спортивных достижений, была возможность выступать на престижных турнирах и побеждать, завоевывать медали, кубки, чемпионские пояса.

Планируем для наших ребят делать, кроме летних спортивных лагерей, ещё и зимние. Мы должны тренировать их в здоровой дружеской атмосфере, чтобы они уходили от улицы, дворовых посиделок, плохих привычек, драк. Мы учим ребят ответственности, постоянно объясняем им, что они имеют навыки, сравнимые со смертельным оружи-

ем, которые могут и защитить, и привести к трагедии, сломать жизнь. Также мы постоянно стимулируем их развиваться гармонично, в разных направлениях, чтобы они достигали успеха не только в спорте, но и в учёбе, и в жизни.

В нашей работе всегда имеет место социально-благотворительный аспект. Например, на профессиональных турнирах мы с аукционов продаём предметы спортивной амуниции или личные вещи прославленных бойцов и перечисляем вырученные деньги либо в детские дома, либо детям-инвалидам. К нам в гости в клуб неоднократно приезжали дети из школы-интерната. Мы с ними общаемся, предоставляем им билеты на соревнования. У нас предусмотрены бесплатные занятия для детей из социально неблагополучных семей. Я убеждён, что любой сильный и успешный человек не может жить без внимания к людям, нуждающимся в помощи.

**С&Г После завоевания чемпионского пояса вы для своих воспитанников, наверное, стали живым примером для подражания?**

**А.Р.** Я ни для кого не хочу быть иконой. Бездумное почитание, как и авторитарное отношение, подавляют личность, не дают развивать характер, волю. Вполне достаточно простого человеческого уважения и спортивной дисциплины. Поэтому для ребят я хочу оставаться, прежде всего, другом, наставником.



**Клуб единоборств «Александр Невский»  
Самара, Московское шоссе, 4В  
+7 999 702 0007**