

Еще одно достижение

Известная лисаковская спортсменка, успешный тренер и мама трех ребятишек Асель Кабдыгалымова на днях выполнила норматив, благодаря которому стала мастером спорта Республики Казахстан по грэпплингу UWW.

Асель Сериковна, во-первых, является мастером спорта и четырехкратной чемпионкой Республики Казахстан по дзюдо (пятое место на чемпионате Азии). Во-вторых, она мастер спорта по самбо. В разные годы Асель Кабдыгалымова становилась чемпионкой страны, серебряным призером чемпионата Азии и серебряным призером чемпионата мира по этому виду спорта.

Третий вид, в котором Асель Сериковна собрала целый букет титулов, - это джиу-джитсу. Асель Кабдыгалымова - мастер спорта Республики Казахстан, чемпионка Кубка РК, серебряный призер чемпионата РК и обладатель седьмого места в мире по джиу-джитсу. С недавних пор звезда казахстанского спорта из Лисаковска еще и мастер спорта РК, серебряный призер чемпионата РК по грэпплингу и грэпплингу ги.

На мой вопрос, как она успевает и воспитывать трех сво-

их маленьких детей, и тренировать десятки воспитанников, и при этом держать себя в столь блистательной форме, Асель Кабдыгалымова ответила: она обожает свою работу, свое дело, живет спортом и знает, что движение - это жизнь. Тренируется ежедневно. Без выходных! Ее день расписан по минутно. И ей это нравится. До вечера она полностью отдает себя семье, детям: уроки, готовка, уют в доме - она успева-



ет все. Талантливая спортсменка отводит своих малышей на тренировки по плаванию. А сама бежит к 17.00 на работу. С 17.30 до 19.00 она проводит занятия у младшей и средней групп. А потом с 19.00 до 20.30 тренируется вместе с группами своих старших воспитанников.

Асель Сериковна заметила, с какими горящими глазами за тем, как тренируется она сама, наблюдают ее воспитанники. Для ребят видно, что их тренер блистает на самых престижных соревнованиях, что он ездит на чемпионаты и турниры по всему миру - огромный стимул, мощнейшая мотивация. Их наставник на собственном опыте доказывает, что достижение высот - это реальность. Скорее всего, именно наглядный пример успешности тренера Асель Кабдыгалымовой и является причиной столь большой популярности самбо, дзюдо и казак куреси среди лисаковских детей и подростков. Асель Сериковна в ближайшее время планирует начать тренировать их еще и джиу-джитсу, и грэпплингу.

Елена ЛЕОНИДОВА.