

«Игрок – это тело, а душу ему дают тренер и команда». Михайлов – о чемпионстве, Вербове и переходе Клеца

Источник: Алмаз Хаиров, БО Спорт

Дата: 11.05.2023, 08:48

Интервью с лучшим волейболистом финала чемпионата России.

35-летний диагональный Максим Михайлов помог казанскому "Зениту" вернуть титул чемпиона России, блестяще проведя плей-офф и особенно финальную серию против московского "Динамо" (3-0). В двух домашних встречах он реализовал 27 из 44 атак (61%), проиграв всего по одному мячу. В третьем матче он из-за травмы не слишком ярко сыграл в нападении, но в самый важный момент сделал разницу подачей, оформив 3 эйса на тай-брейке.

Михайлов завоевал с "Зенитом" уже 30 (!) трофеев и остаётся в команде на 14-й сезон. В интервью "БО Спорт" он рассказал, почему никогда не просит передач у Майки Кристенсона, как относится к переходу в Казань Кирилла Клеца, что поменялось в поведении Алексея Вербова, и какой полезный напиток открыл для себя.

"По закону подлости забрали на допинг после чемпионства"

- Максим, пока одноклубники после победы пили шампанское и веселились, вы проводили время в компании допинг-офицеров. Обидно?

- Ещё бы! Весь чемпионат меня не выбирали, но по закону подлости выдернули после чемпионства - в самый счастливый момент сезона.

- Сколько времени там провели?

- Где-то часа полтора. Для меня нет проблемы в том, чтобы сдать анализ при постороннем человеке. Просто после игры организм находится в состоянии стресса и не сразу может расслабиться. Кроме того, после таких тяжёлых матчей бывает дефицит жидкости. Наверное, литра два воды выпил, чтобы быстрее всё сдать.

- В отеле для вас оставили напитки покрепче?

- Конечно! Ребята, тренеры и руководители клуба меня дождались - и мы вместе отпраздновали успех. Я не любитель алкоголя, но после больших побед можно нарушить режим и немножко расслабиться. Получился тяжёлый розыгрыш плей-офф. Хорошо, что мы вытянули игру с "Динамо" с 0:2 и не стали затягивать серию. У нас была ещё одна дополнительная мотивация - у Майки Кристенсона родилась дочка, и он очень торопился поскорее оказаться рядом с ней и женой.

- Травма Павла Панкова стала ключевым моментом третьего матча серии?

- Да, конечно, это один из ключевых моментов. Паша - лидер команды и классный подающий. Он хороший парень, желаю ему здоровья. Возможно, на подсознательном уровне мы немного расслабились, понимая, что соперник потерял своего основного связующего. Это сказалось в концовке, когда мы чуть не проиграли со счёта 24:19. Цветан Соколов выдал потрясающую серию подач. Хорошо, что мы перетерпели этот момент и всё-таки забрали сет. Потом на тай-брейке снова

показали характер. А динамовцы - молодцы: даже потеряв ключевого игрока, бились до конца.

- Что за проблема с ногой у вас возникла в третьей партии?

- Ещё во время Спартакиады я получил травму пятки. Она по ходу сезона то беспокоила, то исчезала. В плей-офф началось воспаление. А именно в этом матче я почувствовал резкую боль. Я перепугался, подумал, что там что-то порвалось. К счастью, обошлось. Только отёк увеличился. Самое главное я мог играть, пусть и через боль. Это вообще привычное состояние для любого игрока, который долго в профессиональном спорте.

"Локомотив" постоянно нас кусает, неудобный соперник"

- Какой матч стал самым тяжёлым в этом плей-офф?

- Четвёртый матч с "Локомотивом", в котором мы тоже проигрывали 0:2. Причём проигрывали без шансов. В Новосибирске в принципе тяжело играть. Разница во времени сказывается, плюс дома у игроков "Локомотива" крылья вырастают. Они начинают творить то, что не делают на выезде. Чтобы их обыграть, недостаточно просто показать сто процентов, нужны сверхусилия.

- Там сейчас самый горячий зал в суперлиге?

- Наверное, да, хотя и у нас в Казани на решающих матчах тоже была шикарная атмосфера, да и в Москве наши болельщики обеспечили нам мощную поддержку. Большое им спасибо! С

"Локомотивом" очень не хотелось играть пятый матч, тем более в последние годы это неудобный для нас соперник - они постоянно "кусают". Мне кажется, нас потом мог задавить груз ответственности. К счастью, смогли переломить ход той игры.

- В чём неудобство "Локомотива"?

- Когда они справляются с приёмом, против них сложно защищаться - там сильные центры и очень быстрая игра с диагональным Драженом Лубуричем. Как раз в Новосибирске у нас подача не шла, поэтому были большие проблемы. Плюс чувствуется, что они в матчах с нами всегда находятся в правильном эмоциональном состоянии - это, наверное, рука тренера.

- В четвёртом матче произошёл эпизод, который активно обсуждался болельщиками.

Некоторые посчитали, что вы спровоцировали конфликт, посмотрев после забитого мяча в сторону скамейки "Локомотива".

- Я потом поговорил с Костей Абаевым - они посчитали, что в их сторону была агрессия. На самом деле никакой агрессии не было. Обычный рабочий момент. Я забил тяжёлый мяч и на адреналине проявил больше радости, чем обычно. Не было намерений провоцировать соперника - это вообще не мой стиль.

- В чём сила нынешнего "Зенита"?

- Помимо суммы волейбольных навыков, я бы отметил внутреннюю атмосферу. У нас постоянно были совместные встречи вне площадки. Мы много общались с семьями, сближались. Ещё один важный момент - широкая ротация состава. Весь состав был в деле. На результат влияли не 6-7 игроков, а 14. Даже больше с учётом молодых ребят из "Академии". Благодаря этому мы ровно прошли весь сезон. Все находились в тонусе, но не было перегруза.

"Связующий - мозг команды, ему принадлежит 50 процентов успеха"- Вы в плей-офф и особенно в финальной серии показали высоченный уровень игры. Вышли на пик в самый нужный момент?

- Игрок - это тело, а душу ему дают тренер и команда. Те, кто меня окружал, помогли мне хорошо подготовиться к этим матчам и морально, и физически. Каким бы крутым игроком ты ни был, ты не сможешь раскрыть весь свой потенциал, если тебе некомфортно или что-то не нравится. Тренеры и партнёры дали уверенность, а медицинский штаб купировал те болячки, которые накопились за сезон, за карьеру.

- Вас часто называют машиной. Насколько тяжело держать уровень?

- Я всегда был убеждён, что если что-то делать, то надо делать максимально хорошо. В этом плане мне дополнительная мотивация не нужна. Но держать уровень с каждым годом всё тяжелее и тяжелее - возраст никого не щадит. Восстановление от микроповреждений теперь не всегда проходит так легко и быстро, как хотелось бы, и как было раньше. Но жалеть себя нельзя - надо продолжать работать на максимуме. На каждую тренировку, на каждый цикл я ставлю перед собой определенные планки, задачи. Это важно. Через это движешься к глобальным целям.

- В концовке партии можете сказать связующему: "Дай, я забью!"

- Я не говорю это по нескольким причинам. Во-первых, это неприятный момент для связки. Особенно если он отдаст передачу, а ты не забьёшь. Во-вторых, ты создаёшь себе гиперответственность. У нас один из лучших связующих в мире - ему не надо говорить, что делать. Моя задача быть готовым и заряженным на каждый эпизод. Согласен с тем, что связующий - настоящий мозг команды и ему принадлежит 50 процентов успеха.

- Чем Кристенсон выделяется от других связующих, с которыми вы играли?

- У меня от него только позитивные впечатления, как в волейбольном плане, так и в человеческом. Он весёлый, может пошутить и над собой, и над другими. И я никогда не видел его обиженным. Это важное качество, которого, как мне кажется, иногда не хватает российским парням. Плюс он всегда очень мотивированный. Будь это дыр-дыр на разминке или волейбол на тренировке, он будет грызть пол до последнего. Он креативный, не шаблонный связующий. Он хорошо чувствует партнёров. В том же матче с "Динамо" он увидел, что у меня есть проблемы с ногой и сделал всё, чтобы я делал меньше прыжков и смог доиграть матч до конца. Майка - большой мастер и большой человек.

"Здорово, что Волков ушёл чемпионом"- Александр Волков объявил о завершении карьеры. Ещё мог бы поиграть?

- Да, если правильно его использовать. Он не делает лишних движений, знает как себя лучше подготовить к играм, многие моменты решает на опыте. Понятно, что он уходит не столько из-за возраста, сколько из-за старых травм. Они мешают выносить большую нагрузку на тренировках. А тренироваться на максимуме важно, потому что именно на тренировках нарабатываются все навыки, оттачиваются комбинации. Недавно с ним вспоминали, как в 2008 году познакомились. Как же быстро время пролетело! Даже не верится. Думаю, у Саши получилась отличная карьера, он оставил заметный след в истории нашего волейбола. И останется примером спортивного мужества. Здорово, что он ушёл чемпионом.

- Теперь он будет тренером. Кстати, у вас тоже был такой опыт в матче с "Уралом".

- В день рождения Алексей Игоревич сделал мне сюрприз - за полтора часа до игры сказал, что буду играющим тренером. Тайм-ауты и замены были на мне. Испытал странные чувства. Пришлось ещё больше мобилизоваться, чтобы не только самому играть, но и делать подсказы ребятам. Честно говоря, я не мастер мотивационных речей, да и вряд ли смогу на кого-то повесить голос. Это первая причина, по которой я не хочу быть тренером. Вторая - я просто не смогу наблюдать за игрой со стороны, не в силах напрямую повлиять на происходящее. Да, тренер может замотивировать, подготовить тактически, взять тайм-аут в нужный момент, сделать правильную замену, но мяч всё равно в руках игроков. Мне кажется, очень тяжело наблюдать за этим со стороны.

- Вербов поменялся за последние годы?

- Он развивается, адаптируется к реалиям. Мне кажется, он чуть чаще стал повышать тон в тайм-аутах. Это нормальное явление. Порой нужно не только добрым словом, но и криком повесить концентрацию игроков, взбодрить их. Ещё Владимир Романович говорил, что дружбы между игроком и тренером на площадке не бывает. Тренер требует, а игрок должен выполнять.

- У вас теперь восемь золотых медалей чемпионата России. Больше только у Сергея Тетюхина - 10. Реально догнать?

- Теоретически, да. Но на практике это сложно выполнимо. Нужно выиграть ещё два чемпионата при очень серьёзной конкуренции в турнире. Я живу сегодняшним днём. Не знаю, смогу ли я вообще на высоком уровне провести ещё два чемпионата, не говоря уже о том, чтобы их выиграть. Тетюхин - великий игрок и возможно его великое достижение никому не покорится.

"Готов помогать Клецу развиваться"

- Не секрет, что "Зенит" подписал долгосрочный контракт с Кириллом Клецом. Это выглядит так, словно вам готовят преемника. Как вы к этому относитесь?

- Казань и "Зенит" стали для меня вторым домом. Я всей душой и сердцем переживаю за клуб и надеюсь, что у него всё будет хорошо и после меня. То, что клуб работает на перспективу, я понимаю и одобряю. Это вполне оправданное решение. Безусловно, конкуренция за место в составе будет, но при этом я готов помогать Кириллу. Буду делиться опытом, подсказывать ему детали технической, тактической, ментальной подготовки, чтобы он мог вырасти в ещё более сильного игрока. У него большой потенциал, но он ещё не играл в клубах, которые ставят максимальные задачи. Если будет правильно всё понимать и пользоваться своими шансами, то у него всё получится.

- Ходит слух, что Клец появился, потому что вы под конец карьеры можете поехать поиграть за рубежом - в условную Японию.

- Всё может быть, я никакие варианты не исключаю. Думаю, если я решу поиграть за границей, клуб меня отпустит - у нас всегда были хорошие отношения, и мы много всего выиграли вместе. Ничего загадывать не хочу. Сейчас меня устраивает и коллектив, и город. Что будет через год - неизвестно. В мире всё быстро меняется. Загадывать что-то нет смысла.

- Надежда на Олимпиаду ещё жива?

- Надежда всегда есть. Если всё внезапно поменяется, мы должны быть готовыми. Молодым ребятам

не стоит отчаиваться. Нужно думать о своём развитии, рано или поздно Россия вернётся на международную арену.

- Кого вы видите своими преемниками в сборной России?

- Про Полетаева уже не говорим как о будущем - он уже игрок сборной. Я бы отметил Клеца, а также новосибирских диагональных Илью Казаченкова и Максима Сапожкова. Илья классно провёл сезон - к нему стоит присмотреться, интересный парень. Но опять-таки не всегда игрок одинаково хорошо выступает в клубе и сборной - возвращаясь к разговору про душу и тело. У них потенциал огромный. Вопрос как будут его раскрывать.

- Смотря на Сапожкова в чемпионате Италии, нет сожаления, что не попробовали там свои силы?

- Сожаления нет. Я ведь играл в таком же топовом чемпионате. Российские клубы много лет подряд побеждали в Лиге чемпионов, постоянно били итальянцев, хотя у нас жёстче лимит на легионеров. Если бы я почувствовал, что стою на месте и мне нужно выйти из зоны комфорта, то поехал бы за границу. Второй вариант - ехать молодым за опытом, за школой, как это сделал Сапожков.

- Надо полагать, что и финансовые условия в Италии были скромнее, чем в России.

- Да. Ты никогда не знаешь, когда закончится твоя карьера, поэтому идти на понижение ради хорошей еды и тёплой погоды не было смысла. Не ставлю в этот ряд волейбол, потому что наш чемпионат был не хуже.

- А сейчас? Кажется, что 16 клубов - это перебор.

- Соглашусь. В командах из нижней части турнирной таблицы была острая нехватка игроков уровня суперлиги. Если будет 14 или вообще 12 команд, концентрация сильных волейболистов увеличится. Если не хватает игр, то можно после регулярного чемпионата проводить дополнительный турнир для сильнейших команд. Так увеличится количество топовых матчей. Или проводить регулярный чемпионат, а потом полноценный плей-офф с сериями до четырёх побед - как в наших баскетболе и хоккее. Это самые интересные матчи сезона и по зрительскому интересу видно, как они востребованы.

"Доктор - лучший певец в команде"

- Вербов во время плей-офф ходил на матчи "Ак Барса" и УНИКСа. А вы?

- Я тоже следил, но по телевизору. Не хотел растрачивать энергию и эмоции на трибуне. Сохранял её на свои игры. В российском спорте, помимо волейбола, больше всего интересуюсь хоккеем. В этом году Кубок Гагарина получился как никогда интересным, одним из лучших в истории. Столько сенсаций было, столько седьмых матчей.

- В волейболе главной сенсацией, пожалуй, стала победа АСК над "Кузбассом".

- У АСК в этом сезоне было много травм, но запасные выходили и помогали - за счёт этого команда держалась на плаву. А к плей-офф вышла на пик формы и начала показывать свой лучший волейбол. Там много опытных бойцов, которые умело наказывают за ошибки. Они и нам доставили проблемы.

- "Зенит" выпустил клип на кавер песни "Замыкая круг". Как вам далось пение?

- Честно говоря, я всего один или два раза в жизни был в караоке. Пение точно не один из моих талантов. Но когда ты стоишь в наушниках в звукозаписывающей студии, чувствуешь себя певцом. Это был интересный опыт.

- Чьё пение профессионалы назвали самым крутым?

- Нашего доктора Ильшата Тауфиковича Сагитова. Он лучше всех спел, его даже не поправляли. Музыка его любовь. Он на гитаре играет, песни пишет. Разносторонний человек.

- Даже написал песню для звезды татарской эстрады Ришата Тухватуллина. Вы ведь в феврале были на его концерте?

- Да, мы с Ришатом познакомились три-четыре года назад. Он поклонник волейбола и часто ходит на наши матчи. Он позвал нас с Настей на свой концерт - этот вечер как раз был свободен от тренировок и игр. Было интересно. Ильшат Тауфикович даже вышел на сцену и спел куплет своей песни.

"Вместо кофе теперь пью матча - он тонизирует ещё больше"

- Сколько дней пассивного отдыха у вас будет после сезона?

- Учитывая проблемы с пяткой, мне ещё дней десять нельзя ничего делать, разве что на плечевой пояс. Обычно я не отдыхаю больше 12 дней. После этого приступаю к тренировкам - тренажёр, кардио четыре-пять раз в неделю.

- Куда поедете в отпуск?

- В мае не такой широкий выбор направлений. Мы ещё зимой взяли путёвки на Мальдивы. Хочется зарядиться энергией, витамином D, насладиться вместе с семьей океаном.

- Как ваш гостевой дом "Коралловый риф" в Сочи?

- Он работает только четыре месяца в году - с июня по сентябрь. Конечно, хотелось бы максимальную наполняемость во все месяцы, но в июне море ещё не слишком тёплое. Мало кто хочет ехать на море без моря. Потихоньку ищем своего клиента, уже есть постоянные гости. Хочется сделать там площадку для пляжного волейбола, но есть проблемы с землёй, поэтому пока нет возможности реализовать идею. Впрочем, в трёх километрах расположена "Лео Арена" - спортивный комплекс с залом для волейбола и бассейном. Возможно, когда-нибудь в будущем смогу проводить там мастер-классы.

- Вы большое внимание уделяете питанию. В этом сезоне что-то меняли?

- Правильное питание во многом определяет то, как ты себя чувствуешь на тренировке или в игре. Это твоя выносливость, сила и другие качества. Поэтому нужно обращать на это внимание. У меня года два-три мало что меняется. Разве что в этом сезоне открыл для себя новый напиток - японский зелёный порошковый чай матча (или маття), который пью перед играми. Это альтернатива кофе. У него ещё более сильный тонизирующий эффект и куча полезных свойств. В частности, там много антиоксидантов. Этот чай улучшает обмен веществ и укрепляет иммунитет. Мне нравится. Единственный минус - дорогое удовольствие и найти настоящий качественный матча тяжело. **Алмаз**

