



# Идеальной восходящей

ТАТЬЯНА КОЛЧАНОВА

# Жизнь по

17 июня нынешнего года Валентина Ксенофоновна Растворова отметила 80-летний юбилей. Для всех нас этот праздник – лишний повод вспомнить о страницах биографии замечательной спортсменки и тренера, которые составляют существенную часть истории советского и российского фехтования.



Валентина Растворова впервые взяла в руки рапиру в 1949 году, в возрасте 16 лет, по нынешним меркам довольно поздно, и фехтование увлекло ее так, что, окончив школу, она не сомневалась, в какой институт поступать. В 1951 году она стала студенткой Государственного центрального института физкультуры и попала в группу молодого тогда тренера Ивана Ильича Манаенко. Впервые участвовала в чемпионате СССР в 1953 году. И то ее выступление увенчалось успехом – мало кому известная дебютантка вернулась домой бронзовым призером. И это было только начало. Дальше спортивная карьера шла по восходящей линии. Если говорить только о всесоюзных соревнованиях, то Валентина Растворова трижды – в 1956, 1964 и 1967 годах – выигрывала чемпионат Союза и дважды – в 1958 и 1965 годах – становилась обладательницей Кубка СССР.

Валентина Ксенофоновна имеет столько титулов и званий, что их хватило бы на жизнь нескольких спортсменов. Она принадлежит к той замечательной плеяде динамовских фехтовальщиц, воспитанниц замечательного педагога Ивана Ильича Манаенко, которые первыми проложили дорогу к мировым пьедесталам и в течение десятилетий заставляли весь фехтовальный мир восхищаться и уважать силу советского оружия.

В чем кроется причина фехтовального долголетия Валентины Растворовой и ее подруг по команде, спор-



тсменов поколения 50–60-х годов? В первую очередь, в трудолюбии. Когда наши педагоги в середине прошлого века начали изучать достижения и опыт ведущих фехтовальных стран мира, то пришли к выводу, что переиграть зарубежных соперников можно лишь,



*Карта ралира „Динамо“  
и здесь, где она будет стоять  
своей ралирой страны  
Валентина Ксенофонтовна  
Дмитриева*



предложив высокий темп поединков, филигранную технику и новейшие тактические схемы боев. Манаенко первым ввел ежедневные, а затем и двухразовые тренировки. Валентина Растворова вспоминала, что ей не составляло труда сделать в бою сорок атак, четыре из которых уж точно были результативными. На вопрос о том, как ей удавалось избежать ответных уколов после попадания в защиту противника, она отвечала: «После атаки я успевала убежать на безопасную дистанцию».

Валентина Ксенофонтовна первой из динамовских рапиристок участвовала в Олимпийских играх 1956 года. Медалей не завоевала, зато приобрела неоценимый опыт, который пригодился ей на следующих международных турнирах. В 1958 году в Филадельфии (США) Валентина Растворова стала чемпионкой мира в личном зачете, а затем вместе с Эммой Ефимовой, Александрой Забелиной, Галиной Горюховой и Валентиной Прудсковой поднялась на высшую ступень пьедестала почета и в командном первенстве, оставив позади мировых фаворитов – сборные Германии, Франции, Венгрии и Италии. Стоит напомнить, что кроме этого команда советских рапиристок, в составе которой фехтовала Валентина Ксенофонтовна, еще четыре раза – в 1956, 1961, 1965 и 1966 годах – становилась лучшей в мире.

На следующий год после победы в Филадельфии Растворова ушла в декретный отпуск. Впрочем, рождение ребенка не помешало ей не только вернуться на дорожку, но и попасть в сборную СССР образца 1960 года. На Олимпиаде в Риме Валентина выиграла серебряную медаль в личном зачете, а затем вместе с подругами по команде завоевала золотую медаль командного первенства. Выступая до 1967 года, Валентина еще многократно слышала в честь советской сборной гимн страны на крупнейших международных соревнованиях.

В 1968 году Валентина Ксенофонтовна завершила свою карьеру, которая продолжалась почти 20 лет, и после рождения дочери пришла работать в московское «Динамо» детским тренером. Не секрет, что многие великие спортсмены не видят себя именно в этом качестве. Одаренные от природы, имеющие высокие амбиции, звезды зачастую не способны кропотливо работать над постановкой сложнейших фехтовальных элементов, заниматься многократным повторением, им бывает просто неинтересно возиться с детьми. Однако в случае с Валентиной Ксенофонтовной это правило не подтвердилось. Она набрала группу ребят и с головой ушла в тренерскую деятельность. Ей было с кого брать пример – рядом самозабвенно трудился ее собственный наставник – легендарный Иван Ильич Манаенко, который своим примером показывал, как надо и работать, и относиться к любимому делу.

Я сама брала уроки у Валентины Ксенофонтовны и хорошо помню, с какой тщательностью, вниманием и терпением она подходила к обучению своих воспитанников фехтовальным приемам, не уставая поправлять, объяснять, уговаривать. Классической фехтовальной технике в московском «Динамо» всегда уделяли пристальное внимание, оттачивая



Валентина Ксенофонтовна Растворова с семьей



каждое движение до автоматизма, доводя до идеала. Но не только технику и тактику преподавала Валентина Ксенофонтовна своим подопечным, она учила их самому главному – трудиться и верить в то, что этот труд принесет плоды. Наверное, самым показательным стал пример ее ученицы Елены Белкиной, которая в 2005 году основала первую в России школу паралимпийского фехтования, а затем возглавила федерацию фехтования на колясках. И сегодня Елена ежедневно приходит в зал, надевает нагрудник, как в свое время делала ее наставница, и дает уроки фехтовального мастерства воспитанникам.

Семья Валентины Ксенофонтовны под стать ей самой: муж Борис Дмитриевич Гришин – призер олимпийских игр 1964 и 1968 годов по водному поло, сын Евгений – чемпион Олимпийских игр 1980 года в Москве, дочь Елена – призер чемпионатов мира и Европы. Сейчас семейные традиции продолжает уже внук Сергей, который в 2012 года на чемпионате мира среди юниоров выиграл золотую медаль в составе команды.

**Вся фехтовальная общественность поздравляет Валентину Ксенофонтовну с юбилеем, желает ей долгих лет жизни, здоровья, счастья и благополучия всей ее семье!**