



## БРУТАЛЬНЫЙ ФИНИШЕР

Представляем Владимира Минина, который уже завтра сразится с бразильцем Фернандо Родригесом на турнире «Бойцовский клуб РЕН ТВ»

8 >

Поддержка — залог победы  
Генеральный партнер КХЛ

АО «СОГАЗ». Лицензии Банка России СЛ № 1208, СИ № 1208, ОС № 1208-02, ОС № 1208-03, ОС № 1208-04, ОС № 1208-05, ОС № 1208. Реклама.

СОГАЗ

ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ

# ЕЛИЗАВЕТА ТУКТАМЫШЕВА:

## «БЫЛО БЫ КРУТО ВОЙТИ В ТРОЙКУ НА ЧЕМПИОНАТЕ РОССИИ»

После победы на «Гран-при» в Москве звездная фигуристка дала эксклюзивное интервью «СЭ»



Федор Успенский «СЭ»

Елизавета Туктамышева в минувшие выходные наконец-то начала выступления в серии российских «Гран-при». Да еще как – выиграла этап в Москве, заняв первое место в короткой и произвольной программах. После своей победы чемпионка мира осталась в столице, где приняла участие в съемках для шоу Татьяны Навки «История любви Шехерезады», которое пройдет в новогодние праздники. А сразу после возвращения в Санкт-Петербург Лиза пообщалась с нашим корреспондентом.

### ЮНОЙ МЕНЯ МАЛО КТО НАЗЫВАЕТ

– Насколько победа на «Гран-при» для тебя мотивация?  
– Любая победа – прекрасная мотивация. А на «Гран-при» – особенно. Успех ценен тогда, когда есть хорошие со-

перницы. Поэтому при высокой конкуренции это стимулирует меня работать дальше.

– Как относишься к словам Евгения Плющенко, который назвал тебя юной фигуристкой? Он сам до 31 года катался.

– (Смеется.) Жизнь покажет, сколько буду выступать. Но юной меня уже мало кто называет. Услышать такое – это что-то новое.

– Алексей Николаевич Мишин сравнил работу с тобой с супом – если его не помешивать, то пригорит. Что имел в виду тренер?

– Мне кажется, он больше говорил про подход. Со мной где-то нельзя слишком жестко, заставлять. Нужно постоянно наблюдать – как за варевом. И добавлять какую-то перчинку, какие-то нюансы, чтобы не останавливаться на одном месте и двигаться вперед. И это мы оба понимаем.

– Ты говорила, что у тебя было разное настроение в этом сезоне. Что помогает отвлечься?

– PlayStation – есть одна игра, которую люблю, прекрасно помогает. Плюс фильмы, сериалы и времяпрепровождение с близкими отлично действуют, поднимают настроение. Это всегда смешно и весело.

– Никогда не было эмоционального выгорания?

– Пока не замечала. Может, и было, но не акцентировала внимания. Я стараюсь тщательно соблюдать баланс работы и отдыха. Когда чувствую, что организм уже ослаб и ему нужна пауза, он сам мне об этом говорит. Если немножко заболела – беру небольшой перерыв и восстанавливаюсь. Понимаю, что если не сейчас, то дальше станет только хуже.

АНАСТАСИЯ ПЛЕТНЕВА

7 >

## «ЗЕНИТ» ВЫШЕЛ В ПЛЕЙ-ОФФ КУБКА

Вчера в перенесенном матче группового турнира сине-бело-голубые победили «Факел» (2:0). Оба гола забил бразилец Малком

### Путь РПЛ. Групповой турнир

Группа В

	И	В	ВП	ПП	П	М	О
1. Спартак	4	4	0	0	0	9-1	12
2. Зенит	5	3	0	0	2	6-6	9
3. Крылья Советов	4	2	0	0	2	4-3	6
4. Факел	5	0	0	0	5	1-10	0

23 ноября. Крылья Советов – Спартак.

27 ноября. Зенит – Спартак. Крылья Советов – Факел.

2 >



Reuters

## РУБЛЕВ ПРОИГРАЛ ДЖОКОВИЧУ В ТУРИНЕ

Россиянин усложнил задачу выхода в полуфинал Итогового теннисного чемпионата, уступив бывшей первой ракетке мира в двух сетах – 4:6, 1:6

7 >



## МПК ПРОТИВ РОССИИ

Международный паралимпийский комитет на внеочередной генеральной ассамблее приостановил членство Паралимпийского комитета нашей страны

ПОДРОБНОСТИ ЧИТАЙТЕ НА [SPORT-EXPRESS.RU](https://sport-express.ru)

# ЧМ-2022: до старта – три дня

Чемпионат мира в Катаре, который начнется 20 ноября, пройдет без многих звезд. По разным причинам не смогут выступить французы Поль Погба и Нголо Канте, испанцы Серхио Рамос и Давид де Хеа, немцы Тимо Вернер и Марко Ройс, португальцы Диогу Жота и Жоау Моутинью



4 >

Reuters