

Екатерина Козлачкова: Очаровательная сила Российского Таеквон-до

Козлачкова Екатерина

23 года, образование высшее, юридическое. Аспирант юридического факультета МГУ, учится и тренируется в Москве. Владение стилями: основной — таеквон-до И.Т.Ф., дополнительные — кикбоксинг и бокс. Черный пояс, 3 дан таеквон-до И.Т.Ф.



Екатерина Козлачкова

В таеквон-до Екатерина пришла в 11 лет, и причина тому оказалась проста — это была ближняя секция к дому. Вот уже прошло 12 лет, не за горами получение 4-го дана, а она все так же продолжает тренироваться под руководством своего первого наставника — **Леонова Александра Сергеевича**. Очень любопытно отметить, что тренер Екатерины — сам действующий спортсмен, и что еще приятнее — оба они чемпионы мира! Это очень редкий случай в профессиональном спорте, когда тренер не на много старше ученика по возрасту и вместе они защищают честь страны на международных соревнованиях.

Основная деятельность Кати — учеба в аспирантуре на юридическом факультете Московского Государственного Университета, тренерская деятельность, личные тренировки и подготовка к различным турнирам, проведение семинаров и мастер-классов. Давнишняя мечта — открыть собственную школу и преподавать любимый вид боевого искусства.

Нечасто, глядя на молодую девушку, можно предположить, что за внешней мягкостью и привлекательностью скрывается спортсмен высокого уровня! Наверное, тем и привлекательно таеквон-до, что позволяет девушке оставаться женственной, и, гармонично и всесторонне развивать свое тело и дух. В таеквон-до И.Т.Ф. существует 4 дисциплины, где любой может проявить себя: туть (технические комплексы), массаги (спарринг), спецтехника (прыжки в высоту с ударом, где нужно разбить доску) и силовое разбивание досок из статичного положения. На последнем Чемпионате мира, который проходил в марте 2011 года в Новой Зеландии, Екатерина выиграла две золотые медали — в разделе спарринг и спецтехника, завоевав титул Абсолютной Чемпионки мира, чего российским спортсменам не удавалось сделать до нашей героини ни разу.

В настоящее время Катя готовится к аттестации на 4 дан, и к очень крупному международному турниру, Кубку мира, который пройдет в октябре в городе Брайтон (Англия). В период интенсивной подготовки спортсмены-таеквондисты тренируются каждый день — ведь чтобы выигрывать, себя жалеть нельзя. Неслучайно девизом Всероссийской Федера-



«За внешней мягкостью и привлекательностью скрывается спортсмен высокого уровня»



*Всероссийская федерация Таеквон-до И.Т.Ф.: www.tkdprus.ru

Президент:
Цилфидис Лазос Константинович

ции Таеквон-до И.Т.Ф. был выбран слоган: **«День без тренировки — потерянный день»**. Катя верит, что если



придерживаться этого правила, можно покорить самые заоблачные спортивные вершины. Когда Екатерине задают каверзные вопросы о том, что таеквон-до — не женский вид спорта, она с улыбкой отвечает, что таеквон-до — настолько универсальный

вид, что не должно быть разделения в этом спорте по критерию пола. Таеквон-до по признанию спортсменки дает ей мотивацию для самосовершенствования тела, духа, техники, боевых навыков.



А соревнования — это не просто способ проверить себя при стрессовых обстоятельствах, это еще и замечательные люди, которые окружают спортсмена — организаторы турниров, товарищи по команде и тренера. Многие люди, как

говорит сама Катя, уже стали родными — когда по 10 лет тренируешься с ними бок о бок, видишь как им больно, и они все равно идут вперед, рождается определенная духовная связь между ними. И Екатерина очень благодарна судьбе и своему виду спорта, что на своем пути она встретила замечательных людей, которые многому ее научили.

Пресс-служба Всероссийской Федерации Таеквон-До И.Т.Ф.