

Многие девочки в детстве мечтали стать балеринами, но не все занялись этим всерьез.

«Все зависит от желания...»



Наша героиня - Анастасия Сеникова, учится в Московской Государственной Академии хореографии. Мы узнали, как проходит ее день, репетиции, о любимых постановках и много интересного о закулисной жизни...

Анастасия, расскажи, как все начиналось? Как пришла к балету?

Я начала заниматься балетом, когда мне исполнилось 5 лет. До этого успела опробовать на себе невероятное количество разных кружков, секций, видов спорта. Занималась фигурным катанием и большим теннисом, мне казалось, что везде неплохо преуспеваю. По словам мамы «у меня совершенно не было спортивного интереса», и я даже не пыталась ни у кого выиграть. Профессиональный спорт – не моё, поэтому пошла на балетные танцы. До сих пор помню, как зажигательно плясала «Ча-ча-ча» и «фокстрот» в 4 года. Как ни странно, у меня не было такой истории, что я увидела спектакль, потеряла голову и решила: нужно стать балериной. В моей жизни все оказалось гораздо прозаичнее. Я знала, что будет трудно и сама принимала решение.

Когда решили на профессиональ-

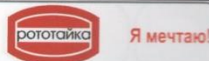
Если вы начинаете заниматься балетом профессионально, вам должно быть не больше 10-ти лет. Что, если вы до этого занимались какими-нибудь видами спорта или другой физической нагрузкой.

ном уровне заниматься балетом?

Все детство «плыла по течению», просто занималась танцами. Из-за балета пришлось поменять шесть школ, в маленьком возрасте мне это не составляло больших трудностей. Окончательно решила, когда в 12 лет поступила во 2-ой балетный класс Московской Государственной Академии Хореографии. В этом году выпускной курс, даже не верится, что так быстро летит время.

Какая ваша любимая роль, выступление?

Я не исполняла серьезных ролей, по-



тому что ещё учусь в академии. Могу рассказать про одну партию, которая далась невероятно трудно, но считаю ее одной из любимых. Год назад к нам приехал один из лучших балетмейстеров современного мирового балета, мы танцевали в его постановке «Времена года». Это была очень интересная работа. Момент, когда понимаешь, что все станцевал хорошо, ни с чем не сравним.

Какая роль далась труднее всего?

Таких много, но не могу вспомнить конкретную. Одна из самых трудных, наверное, партия «снежинок» из балета «Щелкунчик». Она считается очень тяжелой, именно физически, там одни прыжки. Тем не менее, я очень любила эту роль, в ней было что-то волшебное и праздничное. С удовольствием станцевала бы ещё, если получится.

Какую роль мечтаешь сыграть?

Даже не знаю. Так получается, что у меня нет мечты исполнить конкретную роль. Я бы очень хотела станцевать что-то серьёзное, в плане эмоций, драматизма. Скорее всего, это не классический балет.

Бывает такое, что долго не можешь прийти в себя после спектакля?

Конечно, бывает. Например, когда у нас были гастролы в Греции, мы танцевали двойники (по 2 спектакля в день) «Щелкунчика» - это было очень тяжело. Спектакль прошел хорошо, мы безумно устали, но это приятная усталость. Другое дело, если что-то не получилось на сцене, потом морально тяжело отойти.

Тебе близки другие виды танца, например, модерн, народные? Или только классика?

Близки! У нас в академии есть урок народно-сценического танца и модерн. Мне больше нравится танцевать то, где я могу раскрыться эмоционально и получать от этого удовольствие. В классике такое редко получается. Хочу в дальнейшем поучиться современному танцу, у нас его было мало. Если есть хорошая классическая база, все остальные виды танца можно освоить.

Расскажите о режиме дня балерин, репетициях, питании?

Я могу о себе рассказать, у всех же все по-разному. Обычно учеба начинается в 9 утра и может закончиться в 8 вечера. В день может быть по 6 часов балетных дисциплин. Выходной один - воскресенье.

Питание - это абсолютно индивидуальная вещь. Естественно, нам нужно держать себя в форме, но все зависит

от желания и цели человека. Когда ты взрослый, тебя уже никто не заставит похудеть, только сам можешь это сделать. Но сразу скажу: если вы думаете, что мы ничего не едим, сильно ошибаетесь. Опять же, есть моменты, когда, правда, нужно неделю ничего не есть, но чаще мы питаемся нормально. Такие

Питание - это абсолютно индивидуальная вещь. Естественно, нам нужно держать себя в форме, но все зависит от желания и цели человека.

«лошадиные» нагрузки невозможно выдержать, если ты голоден.

Как проходят ваши занятия хореографией?

Их много, и они очень разные. Урок классики, например, у девочек состоит из 4-ех разделов: станок, середина, прыжки и пуанты. Длится полтора часа. Так же проходят уроки народно-сценического, дуэтного, современного, историко-бытового танца, раньше ещё гимнастика была.

На занятия уходит много времени. Успеваете проводить



Учеба начинается в 9 утра и может закончиться в 8 вечера. В день может быть по 6 часов балетных дисциплин. Выходной один - воскресенье.

Время с семьей, друзьями?

Времени крайне мало, как говорится, чем его меньше, тем больше ты его ценишь. Я успеваю все и даже больше. С семьей провожу много времени, это самые близкие и лучшие люди в моей жизни, невероятная опора и поддержка. С друзьями успеваю не всегда встре-

титься, к сожалению. Друзей у меня не много, только те люди, кем я действительно дорожу.

Чем увлекаетесь помимо балета?

Я профессионально занимаюсь фотографией, снимаю для модельных агентств, разных журналов. Парадоксально, но и на это умудряюсь найти время. Мне безумно интересно и очень вдохновляет. Очень люблю рисовать, особенно масляными красками. Ещё одна страсть - это кулинария, тут меня трудно остановить. А уж на праздники все торты всегда мои, никто дома даже не пытается купить: знают, что приготавливаю. Я - творческий человек, мне всегда нужно искать силы и вдохновение в разных вещах, не могу заикливаться только на одном.

Дайте, пожалуйста, совет девушкам, которые только начинают заниматься балетом.

Если вы начинаете заниматься балетом профессионально, вам должно быть не больше 10-ти лет. И то, если вы до этого занимались какими-нибудь видами спорта или другой физической нагрузкой. А для себя танцевать может каждый, только вот балетом это вряд ли назовёшь. В любом случае, это прекрасно - танцевать, двигаться. Мне кажется, никогда не поздно начать делать что-то, от чего ты будешь получать настоящее удовольствие.

Беседовала Диана Клочко

