

## ИСМАИЛ СИЛЛАХ

Главный украинский «проспект» в профибоксе — о безвкусной американской еде, «жарких» методах тренера Роуча, «шахматной партии» Кличко и Хэй, занятиях боксом тайком от мамы и двух попытках пробежать марафонскую дистанцию

# «ДРАЗНИЛ БРАТА ЗА СКРИПКУ»

**МАРИЯ НАСТЕНКО,  
ГЕОРГИЙ НАСТЕНКО**

— Исмаил, отпуск вы провели в родном Мариуполе, как поддерживали форму?

— Ежедневно работал в зале — отжимания от пола, качания пресса, работа на тренажерах, удары по мешкам, по груше. Тяжестей и спаррингов избегал. А еще ежедневные пробежки километров по 5—7, плюс подтягивания на турнике — два подхода по 60.

— А режим правильного питания удалось соблюдать?

— Моя мама пусть и не спортивный, но врач. Хорошо понимает, что такое калории, белки, жиры и углеводы. Да и я сам — дипломированный повар. После школы окончил колледж и, если бы не попал в сборную, то скорее всего работал бы коком на судне. Эта специальность мне по душе — я могу любое блюдо приготовить.

— Но все-таки вы выбрали спорт.

— Моя мама сама успешно выступала на чемпионатах Украины по пулевой стрельбе. И когда мы со старшим братом Аджилом были еще маленькие (он старше на год), мама отдала нас на гимнастику. У нас это большого энтузиазма не вызвало. Бокс — другое дело! Мы с детства любили драться. Мама, конечно, была против занятий боксом, боялась, что нам носы разобьют, не хотела, чтобы мы были агрессивными. Одно время ходили на тренировки тайком. Мама смирилась только тогда, когда мы стали выступать на соревнованиях, ездить в другие города.

— Аддик боксером не стал?

— Закончил с боксом после окончания школы, сейчас тренируется только для себя. А вот мой младший брат Стефан сейчас тренируется в Мариуполе у моего бывшего наставника Владимира Смирнова. Хотя мы с Аджилом иногда сожалеем, что по нашей вине Стефан не стал хорошим музыкантом. В младших классах он занимался в музыкальной школе по классу скрипки. Но мы с Аджилом постоянно нам ним подшучивали. И он из-за этого бросил занятия музыкой.

— Для вас переход в профессионалы в 2008-м был быстрым? Или было много переговоров, раздумий?

— Мой нынешний менеджер Ивайло Готцев подошел ко мне во время ЧМ-2007 в Чикаго. После знакомства не торопился, мы общались по телефону, затем он пригласил меня в Штаты и предложил выбрать место будущего проживания и тренировок. Побывали в Лос-Анджелесе, Лас-Вегасе, Чикаго, еще каком-то маленьком городке в Аризоне. Лучшим вариантом оказался Лос-Анджелес.

— К чему сложнее всего было привыкнуть в Штатах?

— К еде. В магазинах продукты хорошего качества, но рассчитаны на долгое хранение

и безопасность при употреблении. Поэтому часто со слабым вкусом и запахом. Но ничего, привык. Уже по приезде в Мариуполь пришлось привыкать к родной еде. Пару раз дома даже были проблемы с желудком.

— Как проводите в Лос-Анджелесе свободное время?

— У нас с женой маленький ребенок, поэтому по ночным клубам и прочим «зачным местам» не ходим. В Украине я был болельщиком киевского «Динамо», а в Америке европейский футбол не

боксерских залах или на поединках. Многие очень любят бокс, а некоторым посещение зала необходимо для подготовки к роли. Видел там Дензела Вашингтона, рэпера Xzibit...

— Наверное, климат Калифорнии тоже радует?

— Здесь полгода тепло, полгода жарко. Но в нашем зале есть кондиционеры.

— А в других нет?

— Например, знаменитый тренер Фредди

Роуч свой кондиционером не оборудовал. Специально — чтобы боксеры вырабатывали стойкость перед любыми

условиями. Роуч даже, когда на улице недостаточно жарко, включает обогреватели!

— Расскажи о своих тренерах.

— Боксерской подготовкой занимается Шаид Сулуки. В молодости он подавал большие надежды, но его менеджеры и промоутеры неправильно в начале карьеры бросили под очень сильных соперников. Шаид рано завершил карьеру спортсмена, но имеет большой тренерский опыт. Еще у меня есть тренер по общефизической

**Готовить люблю! Если бы не бокс, работал бы коком на корабле**

столь популярен. В последнее время пристрастился ходить на баскетбол, на «Лейкерс». А вообще в Лос-Анджелесе можно просто гулять по улицам, по набережным и получать ощущение праздника.

— Голливудских актеров на улицах встречали?

— Чаше в



## ДВА МИРОВЫХ «СЕРЕБРА» И ОБВИНЕНИЕ В ДОПИНГЕ

**Имя:** Исмаил Силлах  
**Родился:** 9 февраля 1985 года в Запорожье  
**Карьера:** 79,3 кг, профи с 2008 года  
16 побед (13 КО), 0 поражений

Отец Исмаила — выходец из Сьерра-Леоне, ушел из семьи, с ним боксер отношения не поддерживает. Мать — украинка. После переезда в США Силлах называют «Черным русским». Исмаил оправдывается: «Так меня зовут те, кто представления не имеют о географии. Горжусь, что я

гражданин Украины. И менять гражданство на американское не собираюсь». Женат на уроженке Мариуполя Карине. «Она жила в Западной Сибири, но часто приезжала в Мариуполь к родным, там и познакомились», — рассказывает Исмаил. — Поженились перед моим первым отъездом в США, чтобы потом легче было оформить на нее въездную визу». Воспитывают 2-летнего Ламарра. «Ему уже интересно копировать папу и изображать из себя боксера». По любителям Силлах дважды становился серебряным

призером чемпионатов мира (2005, 2006). Перед Олимпиадой-2008 в Пекине он был в числе главных претендентов на «золото». Но из-за обвинения в употреблении допинга Силлах исключили из сборной. Сам Исмаил клянется, что ничего нездорового никогда не употреблял. «Пролетев» мимо Игр, Силлах сразу перешел в полутяжелой категории (третья по весу, где боксирует самый старый чемпион мира Бернард Хопкинс), остается непобедимым и уже владеет поясом чемпиона NABF.

**Голливудских звезд встречаю в зале — они там готовятся к ролям**

подготовке. Причем, в Штатах принято, чтобы боксер оплачивал его из своего кармана.

— Нагрузки дает серьезные?

— В боксе в функциональном плане все не столь жестко, как в других видах. Между раундами есть перерывы, плюс ты по ходу боя можешь сам распределить силы, где давить темпом, где дать себе передышку. А вот марафонцу, скажем, передышки не положены. Сам в этом убедился, пытаюсь пробежать два марафона.

— Все 42 километра не осилили?

— К марафону готовился специально, но оба раза сходил на 25-м километре из-за боли в колене. Хотя «дыхалка», сердце, мышцы ног — все работало хорошо, без сверхусилий и терпехи.

— Как вам бой Кличко — Хэй? Достоин называться «поединком года»?

— По статусу — да. Потому что братья Кличко получили возможность собрать в своей семье все чемпионские пояса супертяжей. Но не со спортивной точки зрения. Я еще задолго до этого боя предполагал, что Хэй не способен успешно противостоять Владимиру. Он и у Валуева выиграл, мягко говоря, неудачно. Так что сейчас Хэй мог победить только лишь при чрезвычайных обстоятельствах — шальным ударом или из-за травмы Кличко. Хэй очень хорошо двигался по рингу, защищался. Но для того, чтобы победить, британец должен был больше атаковать, больше рисковать. А он этого не делал. Владимир в такой ситуации действовал правильно, рационально. С точки зрения тактики он разыграл шахматную партию, в которой владел инициативой и довел ее до логического завершения.

— А когда ждать вашего следующего боя?

— Думаю, в начале осени. Кто соперник, еще не знаю. Сейчас мои менеджеры ведут переговоры с президентом WBC Хосе Сулейманом о том, чтобы вывести меня на такой бой, чтобы в случае победы я мог занять высокое место в рейтинге. Например, уже в первой пятёрке.