

گفت و گو با لیلا ابراهیمی اولین زن برنده مدال دو و میدانی دو با مانع



گروه ورزش، سهراب خاقانی؛ اولین دهنده زنی که بعد از انقلاب توانست مدال آسیایی بگیرد همراه با مربی اش قاسمعلی فیروزی مهمان تحریریه شرق بودند. لیلا ابراهیمی که انگیزه های فراوانی برای درهم شکستن رکوردهای قبلی اش دارد پاسخگویی سوالات خبرنگاران سرویس ورزشی بود.

بیشتر ملی پوشان دوومیدانی مربی خارجی دارند، شما تمایلی برای کار کردن با مربیان خارجی ندارید؟

نه. من سال ها با همسر آقای فیروزی تمرین می کردم و الان هم زیر نظر آقای فیروزی تمریناتم را پیگیری می کنم و حد نصاب هایم را نیز با همین شرایط تغییر داده ام.

کجا تمرین می کنید؟

پارک طالقانی و استادیوم آزادی. مواقعی هم که مسابقات سالنی در پیش داشته باشیم در سالن آفتاب انقلاب تمرین می کنم.

از بین این همه رشته ورزشی که شرایط محیطی و اجتماعی بهتری نسبت به دوومیدانی دختران دارد، چطور شد که شما دویدن را برگزیدید؟

علاقه شخصی. همین اشتیاق باعث شد به سالن شهید کشوری مراجعه کنم و خانم آقامحمدی (همسر قاسمعلی فیروزی) هم اولین مربی من بود.

الان چند تا رکورد ملی به نام شما ثبت شده؟

در داخل سالن از ۸۰۰ متر تا ۵۰۰۰ متر تمام رکوردها در اختیار من است. در فضای باز هم ۸۰۰ متر را هنوز نزده ام و تا ۵۰۰۰ متر تمام رکوردها را در اختیار دارم.

ماده ۳۰۰۰ متر با مانع که شما توانستید مدال بگیرید تازه به جمع مواد رقابتی دختران اضافه شده؟

بله اصلاً همین رقابت ها اولین دوره ای بود که دختران آسیا در ۳۰۰۰ متر با مانع می دویند. من خودم چون قبلاً در ۳۰۰۰ متر دویده بودم و با توجه به بهبودی رکوردهای قبلی، به اتفاق مربی ام تصمیم گرفتم در این ماده هم بدم.

پس رکوردی که در اردن ثبت کردید را باید اولین رکورد ۳۰۰۰ متر با مانع زنان ایران دانست؟

بله، چون اولین مسابقه بود رکوردش هم اولین رکورد است و در رقابت های بعدی، مبنا برای جابه جایی رکورد، همین حد نصابی است که در اردن ثبت کردم.

قبلاً زنان ایران در دوومیدانی به مدال آسیایی دست یافته بودند؟

قبل از انقلاب خانم صدارتی در پرش ارتفاع برنز آسیا را گرفت، همین.

فیروزی؛ ۳۴ سال قبل.

این تحولی که در دوومیدانی ایجاد شده تا بعد از ۳۴ سال مجدداً به مدال برسیم حتماً دلایلی دارد.

طرح ادغام شدن و انتخاب نایب رئیس بانوان بسیار موثر بود. مخصوصاً طی دو سال قبل که حضور ما در مسابقات برون مرزی را در پی داشت. رقابت های باشگاهی، لیگ و مسابقات جایزه بزرگ همه در این دو سال تدارک دیده شدند. تمرینات ما سر و شکل منظم تری به خود گرفت و حمایت های فدراسیون هم ملموس و موثر بود. جابه جایی رکوردها مقوله ای نیست که به سادگی رخ دهد. چند سال تمرین و ممارست و برنامه ریزی لازم است تا در رشته سنگینی مثل دوومیدانی بتوان حد نصاب جدیدی را به ثبت رساند.

این مشقت اگر با هدف مدال گرفتن باشد که دشواری هایش چند برابر هم می شود. کشورهای عربی به سهولت از آفریقا دهنده می آورند. زنان کنیایی در مواد نیمه استقامت و استقامت برای این کشورها می دهند و شانس مدال کشورهایایی مثل ما را به حداقل می رسانند. البته حضور آنها کیفیت مسابقه را جهانی می کند و سطح رقابت ها را افزایش می دهد.



وقتی اعلام شد شما در سه هزار متر با مانع مدال گرفته اید برخی از آگاهان دوومیدانی می گفتند حتماً ماده دیگری بوده، نمی دانستند که این ماده نیز در فهرست رقابت های زنان گنجانده شده.

من آمادگی دویدن در ماده سه هزار متر را به طور کامل داشتم و برای کسب یکی از مدال های آن هم امیدوار بودم اما نه برای سه هزار متر با مانع. چون اصلاً ابزار و تجهیزات «مانع چاله آب» در ایران به طور کامل در اختیار آقایان است. قرار شد یک هفته زودتر برویم اردن تا طی آن مدت بتوانم «مانع» کار کنم. اما متأسفانه در محل تمرین، مانع چاله آب هنوز بدون آب بود. به این ترتیب بدون حتی یک بار تمرین در شرایط حقیقی، در خط استارت فینال ایستادم. قبل از رقابت زنان، به تماشای مسابقات سه هزار متر بامانع مردان نشستم تا حداقل به صورت ذهنی بتوانم شرایط مسابقه خودمان را مسجل کنم. آقایان هم خب مانع چاله آب را با تسلط رد می کردند و من نمی توانستم پیش بینی کنم چه اتفاقاتی در انتظارم است.

منظور تان سقوط در چاله آب است؟

اولین دور که شروع شد، پریدم از روی مانع چاله آب در حقیقت اولین مرتبه ای بود که تاکنون اتفاق می افتاد. بدون هیچ گونه شناخت و تمرین قبلی. به همین خاطر در دور اول دویدن، عبور من از روی این مانع بی شباهت به شیرجه نبود، البته لباس های ما امسال ضمن پوشش کامل، از نظر حجم و وزن هم شرایط مطلوبی داشتند. اما مانع چاله آب، وزن لباس هایم را بسیار سنگین کرد و در هر دور که به این مانع سخت می رسیدیم، لباس ها بیشتر آب می گرفتند و سنگین تر می شدند. من از نفر دوم جلوتر بودم، اما هر وقت به مانع مورد نظر می رسیدیم او می زد جلو. او فقط با دو متر فاصله توانست به مدال نقره دست پیدا کند. همان طور که گفتم وزن لباس های ما هیچ مشکلی نداشت و صرفاً جنس آن مشکل ساز شد، خوشبختانه مسوولان هم که در محل مسابقات حضور داشتند پیگیر این قضیه هستند تا جنس لباس ها به گونه ای نباشد که آب را جذب کند.

مگر فدراسیون نمی دانست که ماده سه هزار متر بامانع در این مسابقات برگزار خواهد شد؟

فیروزی؛ می دانستیم. اما هیچ تمرینی با لباس های طراحی شده در مانع چاله آب برگزار نشده بود تا پی به آنگیز بودن لباس ها ببریم.

لباس ها کجا طراحی می شوند؟

فیروزی؛ خارجی هستند. ولی در سفرهایی که می رویم فدراسیون سفارش می دهد و تولیدکنندگان خارجی، منطبق با خواسته های ما طراحی می کنند. کیفیت لباس ها نسبت به سال های قبل بسیار بهتر شده. مسابقات امسال هم تجربه ای جدید بود تا پی به ایراد این لباس ها ببریم. به هر حال حتماً می دانیم که حتی کفش و جوراب دوندگان این ماده نیز با سایر مواد متفاوت است. کفش ها باید طوری باشند تا آب از زیر آن خارج شود.

در دوحه هم شانس مدال داشتید؟

برای بهبودی رکوردها خیلی تمرین کرده بودیم ولی لباس ها به هیچ وجه کیفیت لباس هایی که الان می پوشیم را نداشتند. مساله مهمتر این بود که در اردو هرگز با آن لباس ها تمرین نکردیم چون لباس ها را موقع پرواز به دوحه، در فرودگاه به ما دادند، به همین خاطر حد نصاب های مشخصی را هم نتوانستیم تکرار کنیم.

کدام ماده بود که خانم محببه بحرینی در دوحه به مدال طلا رسید؟

در صد متر و ۲۰۰ متر.

شما هم می توانید از همان لباس هایی که ایشان پوشید استفاده کنید؟

خیر.

چرا؟

لباسی که دوندگان خانم ایرانی استفاده می کنند حجاب کامل است.

فیروزی؛ لباس آن دونده چسبان است. از طرفی کمپانی نایک به طور اختصاصی برایش تهیه می کند.

حالا برای مسابقات داخل سالن قهرمانی آسیا آماده می شوید؟

بله. این رقابت ها در ماکائو برگزار خواهد شد.

در چه موادی شرکت می کنید؟

من در ۱۵۰۰ متر و ۳۰۰۰ متر.

چند خانم به ماکائو اعزام خواهند شد؟

فیروزی؛ بیشترین تعداد بعد از انقلاب. احتمالاً هفت، هشت نفر یا حتی بیشتر. یعنی تمام دوندگانی که رکوردهای آنها قابلیت رقابت در سطح آسیا را داشته باشد اعزام خواهند شد.

مدال لیلا ابراهیمی هم در افزایش شرکت کنندگان موثر بوده؟

فیروزی؛ صددرصد. نه فقط در دوومیدانی بلکه در کل رشته های بانوان تاثیرگذار بوده است.

مسابقات جهانی چطور؟ شرکت می کنید؟

سه ماه بعد از ماکائو، رقابت های جهانی داخل سالن در اسپانیا برگزار خواهد شد.

فیروزی؛ یک سهمیه داریم برای اسپانیا. هر کدام از بچه ها در ماکائو نتیجه بهتری بگیرند، می توانند آن سهمیه را به خود اختصاص دهند.

آن یک نفر که تا این لحظه لیلا ابراهیمی است.

فیروزی؛ نه، چیزی مشخص نیست. هر کسی بیشتر تلاش کند انتخاب خواهد شد.

آقای فیروزی شما از حدنصاب شاگردتان در اردن راضی هستید؟

ببینید بزرگترین مشکل ما کمبود تجربه های بین المللی است. در همین اردن که من حضور نداشتم، در فینال پنج هزار متر خانم ابراهیمی قبل از مسابقه تماس گرفت و نتایجی که به استارت لیست ارائه شده بود را برایم خواند. دونه چینی حدنصابی را گفته بود که قابل دسترسی برای ابراهیمی نبود من هم گفتم او را رها کن و رکورد خودت را مدنظر قرار بده، اما بعد از پایان مسابقه دیدیم که رکورد دونه چینی در استارت لیست فوق العاده با عراق ارائه شده بود و سه دقیقه با رکوردی که در فینال به جا گذاشت اختلاف داشته، یعنی اگر خانم ابراهیمی تجربه بین المللی بیشتری داشت، قاعدتاً با شناخت قبلی از حریف چینی می توانست در این ماده هم مدال آور باشد.

برخورد رقابتی خارجی با شما که به عنوان یک خانم ایرانی با پوشش کامل در مسابقات شرکت کردید چگونه بود؟

رقابت های تایلند اولین تجربه برون مرزی برای من بود. البته برخی از شرکت کنندگان در آن مسابقات قبلاً به ایران آمده بودند و در مسابقات بین المللی ما و رقابت های بانوان کشورهای اسلامی شرکت کرده بودند اما به طول کلی چه آنهایی که شناخت قبلی داشتیم و چه سایر شرکت کنندگان برخوردی احترام آمیز با ما داشتند. حتی وقتی در ۱۵۰۰ متر توانستم نفر دوم ۳ هزار متر را بگیرم، رفتاری با من داشتند که گویا به مقام قهرمانی رسیده ام. رفتار توام با احترام و بسیار شایسته ای با من داشتند.

در همین اردن توی چاله آب افتادم و بین من با رقبا فاصله افتاد، حتی در مسابقات مردان نیز در صورت سقوط به داخل چاله آب به دلیل فاصله ای که با رقبا ایجاد می شود کاملاً طبیعی است که دونه از ادامه مسابقات کناره گیری کند. اما من تصمیم گرفتم با تمام وجودم به مسابقه ادامه بدهم. از رقیب سوریه ای هم یک دور کامل جلو افتادم. زمانی هم که به مدال برنز رسیدم همه خارجی ها تشویق می کردند.

فیروزی؛ این ماده ۳۵ مانع دارد که پنج تایی آن چاله آب است. ۳ متر و ۶۶ سانتی متر طول این چاله است. حتی مردان هم می افتند، زیرا جهش بلند با این طول زیر فشار سنگین مسابقه به هیچ وجه آسان نیست.

برای پرتابگران و پرنده ها و دوندگان آقا اردوهای خارجی فراوانی برپا می شود، برای شما چطور؟

من هر سال نزدیک به ۱۰، ۱۲ رکورد ملی را جابه جا می کردم و این مساله در اعزام های برون مرزی بی تاثیر نبود. همان رکوردها باعث تشویق ها و حمایت های موثر مسوولان می شد اما هرگز تصور نمی کردم کسب مدال تا این اندازه در تغییر نگرش و بینش دست اندرکاران ورزش نسبت به دوومیدانی بانوان تاثیرگذار باشد. در همان اردن وعده هایی برای بهبود شرایط ما دادند. جمله در لباس و تجهیزات و...

موفقیت های خانم های ورزشکار در رشته هایی مثل تکواندو، کوهنوردی، تیراندازی و... همیشه بازتاب خبری خوبی داشته، اما بعداً نه از تداوم آن موفقیت ها خبری شده و نه از حساسیت رسانه ها. مدال لیلا ابراهیمی چطور؟

شکل تمرینات من از فروردین به گونه ای بود که مدال آسیایی را هدف گرفته بودیم. نتیجه های عید هم خیلی خوب بود. اما فقدان امکانات و تمرین در پارک که سنگلاخ است باعث مصدومیت شد و کمی عقب افتادم. اما دیگر به این باور رسیده ام که کسب موفقیت های بیشتر هم میسر است. دوومیدانی با تمام رشته ها متفاوت است و برای صدم ثانیه باید سال ها زحمت کشید. از حالا هم نمی خواهم نتایج ماکائو را پیش بینی کنم اما با تمام انرژی و توان برای ماکائو تمرین خواهم کرد.

تلاش شما واقعاً در خور تقدیر است، تا همین چند سال قبل، دوومیدانی خاتم ها در یک اسم خلاصه می شد. خانم پدیده بلوری زاده هم والیبالیست بود و هم در پرش ارتفاع فعالیت می کرد اما حتی تصور مدال آسیایی هم رویایی پیش به نظر نمی رسید.

ورزش بانوان مدتی اصلاً هیچ فعالیتی نداشت. الان واقعاً شرایط فرق کرده و رکوردها دیگر قابل مقایسه با رکوردهای قبل از انقلاب نیستند. تمام رکوردهایی که ما زدیم، همه قبل از انقلاب ثبت شده بودند.

از نایب رئیس بانوان رضایت دارید؟

قبلاً مرحوم توران شادپور بودند و الان سرکار خانم نیاززاده که از زحمات ایشان هم تشکر می کنم. امسال خیلی پرتلاش ظاهر شدند. دیگر تنش ها و مشکلات مسابقات قبلی را نداشتیم و حمایت ایشان را به طور کامل احساس می کردیم.

دونده های خارجی مورد علاقه شما چه کسانی هستند؟

کلی هلمز انگلیسی که قهرمان جهان در ۸۰۰ و ۱۵۰۰ متر بوده. یک خانمی هم هست که مراکشی الاصل است اما برای بحرین می دود و رقیب من هم محسوب می شود به نام مریم جمال.

به المپیک هم فکر می کنید؟

ممکن است عده ای بخرند اما من برای این هدف سخت، برنامه ریزی کرده ام. سه هزار متر با مانع از بقیه مواد قابل دسترس تر است و سرعت ترقی رکورد من در این ماده بیشتر است.

ورودی المپیک ۱۰ دقیقه است و رکورد شخصی من ۱۰/۰۸ است که البته بدون مانع دویدم. تا اواخر تیرماه ۸۷ برای رسیدن به حدنصاب ۱۰ دقیقه ای فرصت دارم.

مشکلاتی سر راه شما وجود دارد، این طور نیست؟

بزرگ ترین مشکل من، ممانعت از همراهی مربی ام در تمرینات است. در استادیوم آزادی که می خواهم تمرین کنم، مردان زیادی با عناوین شغلی مختلف در محیط استادیوم هستند اما به مربی من حتی از روی سکوها هم اجازه نمی دهند بر تمریناتم نظارت کند، در حالی که همان نزدیکی در دریاچه آزادی، قایقران ها ممانعتی برای تمرین زیر نظر مربی شان ندارند. با این حال بسیاری از مشکلات عجیب و بی دلیلی که در دوران خانم طاهریان داشتیم را دیگر نداریم.

مربیگری هم می کنید؟

قبلاً در بانک سپه تمرین می دادم اما الان فقط در باشگاه ملاصدرا.

لیگ هم دارید؟

خوشبختانه بله. یادم است یک بار در نیمه مارا تن اول شدم، ۲۲ کیلومتر دویدم یک پارچ و لیوان به من جایزه دادند. اما الان شرایط خیلی بهتر شده.

کفش و تجهیزات را چطور تامین می کنید؟

خودمان باید هزینه ها را بپردازیم. خرید اینترنتی می کنیم. خوشبختانه شرکتی که لوازم ورزشی را وارد می کند، فقط هزینه وارد کردن البسه را دریافت می کند که جا دارد از مسوولان این شرکت هم تشکر کنم.