**Косов: авторитет Спраклина сильно влияет на российских гребцов**

**18:27** 09.12.2013

**МОСКВА, 9 дек — Р-Спорт, Василий Конов-мл**. Авторитет британского тренера сборной России по академической гребле Майкла Спраклина заставляет спортсменов тренироваться в усиленном режиме, заявил член национальной команды Артем Косов.

Федерация гребного спорта России (ФГСР) в июне 2013 года подписала соглашение со Спраклином для подготовки восьмерки в академической гребле к Олимпиаде-2016. Британец в 1984 году в Лос-Анджелесе привел британцев к первому с 1948 года золоту в академической гребле, а в Сеуле-1988 они защитили титул. Специалист также взял золото чемпионата мира со сборной США и дважды первенствовал на Играх с канадцами (1992, 2008).

"Не только наше руководство верит в нас, но и все 20 членов команды в то, что мы делаем. Каждый день мы встаем и заряжены на работу. Если был бы российский тренер, мы бы так не работали, на нас влияет авторитет тренера, — сказал Косов на пресс-конференции. — Мы замахнулись на восьмерку, и я верю, что результат будет".

Чемпион России 2013 года рассказал об особенностях тренировок при британском специалисте. "Спраклин дает меньше технических тренировок, а больше внимания уделяет функциональной подготовке. У нас есть специальный гребной тренажер, который показывает, что мы прибавляем с каждой неделей, несмотря на усталость", — заметил Косов.

"Сейчас мы тренируемся три раза в день, когда будет позволять световой день, перейдем на четырехразовую тренировку. Но нас перестали загружать по 30 км, а мы тренируемся по 15 км, но на полную, — добавил Косов. — У нас трое свободно говорят на английском, начальник команды переводит, еще нас обучают английскому, но и так все понятно, что он хочет. И сам Спраклин обещал русский учить".

РИА Новости <http://ria.ru/sport/20131209/983020780.html#ixzz2nAmOTcKZ>