

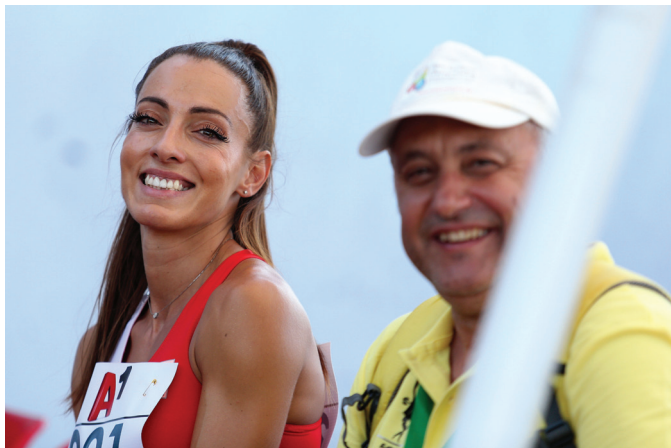
# Ивет Лалова

Да бъдеш сред най-бързите в убийствената конкуренция на кралската дисциплина в царицата на спортовете – леката атлетика, идвайки от държава като България, само по себе си е изумително постижение. Но Ивет Лалова е много повече от това – спортсмен, пример за поведение, лъчезарна, отгадена на спорта и даваща пример и вдъхновение, – истинско щастие е да имаме сънародничка като Ивет Лалова, която е може би най-позитивният посланик на държавата ни по света и логично и напълно заслужено – лауреат на Superbrands.

## Пазар

Всичко започва от нея – леката атлетика. Дисциплини като бягане, скачане и хвърляне са в основата още на гревните олимпийски игри, а в днешни дни спортът продължава да е сред най-популярните в света, връхна точка на всяка една лятна олимпиада – най-голямото спортно събитие на планетата. Неслучайно тя е царицата на спортовете, стояща редом до „Цар Футбол“.

Отделните дисциплини в атлетиката се радват на различна популярност. На върха обаче са късите бягания – тези, в които всичко се решава за няколко секунди и всяко минимално движение на тялото е от значение и определя дали ще се окичиш със слава или със сълзи. Ако трябва да продължи сравнението с футбола, бяганията на 100 и 200 метра са нещо като финал на световно първенство. Този голям интерес към тях обуславя и огромната конкуренция в спринтовете. Те са и дисциплините, в които генетичните особености на различните раси играят голяма



роля. Но те са и дисциплините, в които напук на всичко едно прекрасно българско момиче продължава да бъде сред най-добрите и да доказва, че невъзможни неща няма.

## Постижения

Две европейски титли плюс още два сребърни медала на първенства на Стария континент, четири участия на олимпийски игри с четвърто и пето място, три финала на световни първенства, три победи в Диамантената лига и уникалното постижение от 10,77 секунди на 100 метра, направило я „най-бързата бяла жена“ в света – това са само част от страхотните успехи в богатата кариера на Ивет Лалова.

Българката заявява присъствието си на голямата сцена през 2001 г., когато става четвърта на 100 метра на световното първенство за кагети. Две години по-късно пък е европейска шампионка при девойките в Тампере и на 100, и на 200 метра.

19 юни 2004 г. е датата, която остава завинаги в историята с най-бързото бягане в кариерата на Ивет Лалова. Само на 20 години тя преминава стотте метра на Кула Европа в Пловдив за феноменалните 10,77 секунди. Постижението я изпраща директно на шесто място във вечната световна и на второ в европейската ранглиста с равно време с легендарната Ирина Привалова. Това е и моментът, който я превръща в „най-бързата бяла жена“ в историята.

В дебюта си на олимпийски игри няколко седмици по-късно в Атина Ивет Лалова влиза във финалите на двете си дисциплини и завършва четвърта на 100 метра (на 3 стотни от медала) и пета на 200 в убийствена конкуренция.

В началото на 2005 г. следва първият голям връх – европейската титла на 200 метра в зала с национален рекорд от 22,91 секунди.



Знаете ли, че...

- Лалова обича да пише. Тя е учила литература в гимназията и дълго време мечтала ѝ е да стане журналист.
- Ивет Лалова е била част от училищния хор като дете. Лекоатлетката обожавала да пее, а най-често го прави под душа.

Бъдещето изглежда розово и Ивет Лалова е сред фаворитките за световното първенство. То, а и всички големи състезания в следващите две години преминават без нейно участие.

Причината е ужасяващо счупване на десния крак вследствие на сблъсък с груз атлет по време на загревката на състезание в Атина на 14 юни 2005 г. Животът на Лалова се преобръща само за секунди и вместо медали за нея следват седем операции и поставянето на 38-сантиметров пирон в крака.

Завръщането на пистата изглежда направо невъзможно. Но не и за нея. В следващите две години само Ивет Лалова и хората около нея знаят през какво преминава смелата атлетка. За останалите остава радостта, че на 29 май 2007 г. Лалова отново застава на старт. 714 дни след контузията тя дава време от 11,26 секунди на „Мемориал Артур Такач“ в Белград и така си осигурява квота за участие на олимпийските игри в Пекин.

В следващите години Лалова бавно, но смело възвръща мястото си сред най-добрите в спринта. Важно решение взема в началото на 2011 г., когато се премества в Италия и започва подготовка с прочутия професор Роберто Бономи.

Няколко месеца по-късно става първата българка с победа в Диамантената лига след 11,01 секунди в Осло. В Дегу пък за първи път стига до финал на световно първенство, като завършва седма на 100 метра.

Кулминацията на завръщането ѝ обаче идва година по-късно в Хелзинки. На 28 юни 2012 г. Лалова триумфира с европейската титла на 100 метра след 11,28 секунди във финала. В Лондон участва и на третата си олимпиада.

А в следващите години чаровната българка продължава категорично да показва, че е една от най-добрите в късите бягания. През 2013 г. отново в Осло стига до втора победа в Диамантената лига (с 11,04 на 100 метра), а в Гьотеборг печели бронз на 60 метра на Европейското в зала. През 2015 г.



пък се класира за финал на 200 метра на Световното в Пекин. Прави го с личен рекорд в дисциплината от 22,32 секунди.

През 2016 г. Лалова печели сребърни медали и в двете си дисциплини на европейското в Амстердам.

Олимпиадата в Рио е четвъртата в кариерата ѝ и говеде и до нов голям финал с осмо място на 200 метра.

В последните години Лалова се концентрира именно в по-дългото бягане. През 2018 г. това ѝ донесе трета победа в Диамантената лига, а на световното в Доха през 2019 г. българката участва на третия си финал в първенство на планетата, завършвайки отново седма.

### Личността

Ивет Лалова е родена на 18 май 1984 г. в София в семейството на двама лекоатлети. Бързината явно идва от баща ѝ Мирослав Лалов, който е шампион на България през 1966 г., като има лични постижения от 10,4 секунди на 100 метра и 21,9 секунди на 200. Майка ѝ е състезателка по многобой и понастоящем кинезитерапевт.

Като дете тренира плуване и спортна гимнастика, но много бързо се насочва към леката атлетика, където под крилото си я взима Константин Миланов. Той е приятел на семейството от общото време на пистата, а впоследствие е с основен принос за успехите на Ивет Лалова в следващите 15 години.

Вече 6 години Ивет носи името Лалова-Колио и води щастлив семеен живот с италианеца Симоне Колио. Срещат се на пистата, тъй като Симоне е един от най-добрите италианци на 100 метра. В момента живеят в градчето Риети, а любимият мъж помага много в подготовката на Ивет.

### „Ивет Лалова Спринт Академи“

Да върнеш многократно това, което си получил по пътя си към върха, е показател, че освен голям шампион си и голям човек. А Ивет Лалова прави именно това, и то от госта време. Още през 2012 г. тя създава спортен клуб по лека атлетика „Ивет Лалова Спринт Академи“. Клубът развива и професионален, и любителски спорт с цел да подпомогне развитието на леката атлетика в България. Фокусът е насочен най-вече към младите, като през годините много деца са се посветили на спорта, вдъхновени от Лалова. През 2019 г. клубът за втора поредна година организира турнира „Открий шампиона

в теб“, в който се включиха над 350 деца на възраст от 6 до 13 години.

### Съвременно развитие

Късите бягания са дисциплина, която изисква голяма експлозивност и съответно рядко може да се видят много успешни състезатели след 30-годишна възраст. Ивет Лалова обаче е в изцяло друга категория. На 35 тя продължава да бъде една от най-добрите, и то при положение че конкуренцията се засилва постоянно.

Макар и през 2019 г. да концентрира усилия върху 200 метра, Ивет Лалова спечели четири от петте си участия на 100, взимайки и поредна титла на Балканите. Погобни са резултатите и на 200 метра, където трябва да бъде отличено първото място на Гран При турнира в Осака.

Ивет Лалова донесе и две първи места за България на европейското отборно първенство, на което тя е най-успешният състезател в историята.

Кулминацията на отличния сезон дойде на шампионата на планетата в Доха с третия ѝ финал в кариерата и още едно седмо място. А за огромната ѝ амбиция говори фактът, че Лалова бе недоволна след това. И обеща да си го върне в Токио през 2020 г. – на своята пета олимпиада.

### Ценности на личността

Ивет Лалова е абсолютен пример как трябва да се държи един спортист във всяка възможна ситуация – отдадена на тренировките, концентрирана в състезанията, спортсмен на пистата, благородна при победа и достойна при загуба. Българката никога не търси оправдания във външни фактори, винаги е позитивна и с усмивка на лицето – неслучайно на олимпиадата през 2004 г. бе избрана за „Мис Чар“ в класация на германското списание Spiegel. През 2016 г. пък получи огромна чест, като бе знаменосец на България на игрите в Рио.

Най-големият пример за невероятния дух на Ивет Лалова дойде при ужасното счупване на крака през 2005 г. Тогава тя отказа да търси компенсация от атлета, с когото се сблъска, или от организаторите на състезанието в Атина. Заради поведението си след случилото се българката получи награда за „Спорт и феърплей“ от МОК, през 2006 г. бе избрана и за член на Атлетическата комисия към Европейската асоциация. По-важното обаче бе вярата ѝ, че ще се завърне на пистата, в момент, в който може би малцина са вярвали, че това може да се случи.

Знаете ли, че...

• След тежкото счупване на бедрена кост три години носи в крака си 38-сантиметров пирон.

• „Времето няма една и съща стойност за всички“ – цитат от Шекспир, който е татуиран на стъпалото на Ивет Лалова.



### История

#### 18 май 1984

Родена в София в семейство на двама атлети.

#### 1996

Започва да тренира лека атлетика при човека, който 15 години остава неизменно до нея – Константин Миланов.

#### 2003

Европейска шампионка за девойки на 100 и 200 метра в Тампере.

#### 2004

• 19 юни – Ивет Лалова става „най-бързата бяла жена“ с невероятните 10,77 секунди на 100 метра за Купа Европа в Пловдив.

• 21/25 август – Четвърто място на 100 метра и пето на 200 метра на първата ѝ олимпиада в Атина.

#### 2005

• 6 март – Първо голямо отличие – европейската титла на 200 метра в зала с време 22,91 секунди.

• 14 юни – Кошмарният момент: Ивет Лалова чупи дясната си бедрена кост при сблъсък с друг атлет по време на загревката на Super Grand Prix в Атина.

#### 2007

29 май – След почти 2 години извън спорта Ивет Лалова се завръща на пистата с победа на 100 метра и покрит норматив за олимпиадата в Пекин.

#### 2011

• Лалова заминава за Италия, където започва подготовка под ръководството на професор Роберто Бономи.

• 9 юни – Първа българска победа в Диамантената лига след 11,01 секунди на 100 метра.

• 29 август – Първи финал на световно първенство и седмо място на 100 метра в Дежу (Корея).

#### 2012

• 28 юни – Един от върховете в кариерата на Лалова – европейска титла на 100 метра в Хелзинки.

Декември – Открива своя спортен клуб „Ивет Лалова Спринт Академи“.

#### 2013

• 3 март – Бронзов медал на 60 метра от Европейското първенство в зала в Гьотеборг.

• 13 юни – Отново в Осло идва втората победа в Диамантената лига.

• 21 септември – Ивет става Лалова-Колио след красива сватба със Симоне Колио в италианския град Риети.

#### 2015

28 август – Втори финал на световно първенство и първи на 200 метра, след като на полуфинала записва своя рекорд в дисциплината – 22,32 секунди. На финала завършва седма.

#### 2016

• 7-8 юли – В рамките на два дни Ивет Лалова печели два сребърни медала на европейското в Амстердам.

• 5 август – Лалова е знаменосец на българската делегация на олимпиадата в Рио де Жанейро, нейна четвърта. Няколко дни по-късно (17 август) стига и до поредния голям финал, завършвайки осма на 200 метра.

#### 2018

10 юни – В Стокхолм Лалова постига третата си победа в Диамантената лига и първа на 200 метра.

#### 2019

2 октомври – Ивет Лалова е на третия си финал на световно първенство. На 200 метра в Доха тя става седма в света.