**Nelli Differt, vehkleja**

*Sündinud 24. juulil 1990*

***Parimad tulemused:***

***Nelli Differt on pärit*** *Linnamäelt, aga koolis käinud Haapsalus.*

***Ta on olnud Läänemaa aasta naissportlane*** *aastal 2019.*

***Tema eeskuju:*** *Sportlasena olen ma pidanud oma eeskujuks Kristina Šmigun-Vähit. Ma ei vaadanud teda kui suusatajat, vaid kui sportlast. Aga elus on minu eeskujuks mu ema. Ta on tasakaalukas ja leiab inimestega kergesti ühise keele. Minu jaoks on temas hästi palju omadusi, mida tahaksin ka ise omada.*

***Hea harjumus:*** *Nii palju kui saan, proovin liikuda jala. Ja hommikul joon esimese asjana vett.*

***Teda inspireeriv mõte:*** *Kui trennis on väga raske, siis mõtlen, et raske õppustel aga kerge lahingus. Mõtlen, et kui on raske, siis see viibki mu eesmärgini. Ja kui mõnikord kohe välja ei tule mõtlen, et küll iga lill õitseb omal ajal. Küll minu aeg ka tuleb.*

**Kui sportlik sa lapsena olid?**

Ma arvan, et ma olin sportlik. Kui sa oled kehalise kasvatuse õpetaja (Nelli ema, Leelo Paju) laps... Mu isa on ka hästi sportlik, temaga mängisime sulgpalli ja korvpalli. Ja igal aastal käisin näiteks Chupa Chupsi jooksudel. Selleks tuli muidugi enne harjutada. Talvel käisin suusatamas. Esimese suusa murdsin, kui olin kolmene.

Ma ei mäleta, et kodus oleks samas sunnitud. Pigem käis see kõik läbi mängu ja seda mäletan oma lapsepõlvest palju.

Tegelikult alustasin ma oma nii-öelda sportlaskarjääri juba kolmeselt, kui hakkasin käima Kirke võimlemiskoolis iluvõimlemises. Mu energiat oli vaja kuhugi suunata ja käisin seal päris kaua treener Liia Puhmi juures, kuni ta jäi dekreeti, kui ma olin kaheksa või üheksane. Iluvõimleja ma siiski ei olnud, tavaliselt pandi mind kuhugi tagaritta seisma.

**Seejärel läksid sa kergejõustiku trenni. Kui vanalt sa sinna läksid?**

Mu ema oli kergejõustikutreener ja alguses käisingi temaga Haapsalus trennis. Ma võisin olla nelja-viiene, käisin kaasas ka võistlustel, kus olin alati kõige väiksem. Ma tahtsin väga osaleda! Mind ei häirinud ka see, kui kaotasin. Ju siis päris viimaseks ei jäänud. Kuueselt hakkasin käima Tuksis kergejõustiku laagris. Kaks või kolm aastat tegin kergejõustikku ja siis jäigi kergejõustik sinnapaika.

Lisaks kergejõustikule tahtsin ma väga mängida korvpalli, aga sellel ajal ei olnud siin tüdrukute korvpallitrenni. Meil kodus vaadati telekast põhimõtteliselt ainult sporti. Mulle tohutult meeldis Rauno Pehka ja mõtlesin, et ma tahan ka Rauno Pehkaks saada.

**Mis su trumpala kergejõustikus oli?**

Ma arvan, et jooksmine. Hiljem osalesin koolidevahelistel kergejõustikuvõistlustel ja ma arvan, et olen igalt alalt medali saanud. Välja arvatud pallivise! See ei tulnud mul absoluutselt välja, kuigi võisin näiteks rahvastepallis väga tugevasti ja vindiga palli visata. Mu ema ütles, et ta ka ei oska palliviset. Aga sellised alad, mis on iga spordiala aluseks, tulid mul hästi välja. Ma olen seda meelt, et iga spordiala aluseks on jooks ja hüppamine.

**Kuidas sa vehklemistrenni jõudsid?**

Kui ema jäi mu väikse vennaga koju, siis tekkis küsimus, mis trenni nüüd edasi. Alguses tahtsin kergejõustikus edasi käia - mu ema trennilapsed läksid kõik Kaja Ladva trennidesse edasi – aga need kellaajad mulle üldse ei sobinud. Me elasime Linnamäel ja ma pidin kuidagi saama trenni ja sealt tagasi tulla.

Haapsalu vehklemine tähistas oma 50ndat aastapäeva ja Tuksis oli suur kokkutulek, vehklemise laager, kus käisid ka mu isa ja onu. Nad olid kunagi vehelnud ja tulid kokkutulekult tagasi meenemedalitega. Mäletan, et vaatasin neid medaleid ja mõtlesin, et tahan ka medaleid saada, ma lähen vehklema! Sealt saab! Olin siis kümne aastane.

**Mida sa teadsid vehklemisest esimesse trenni minnes?**

Isal oli kodus mõõk, - tol ajal ma arvasin, et see on mõõk - see oli espadroni relv ja ega ma muud ei teadnudki. Ma ei mäleta, et ma oleksin teadnud, et Eestis on väga tugevad vehklejad nagu Kaido Kaaberma või Heidi Rohi. Vehklemine pole rahvaspordiala, teda telekast väga ei näidata. Pigem olin teadlik nendest spordialadest, mis telekast tulid.

Nii et põhimõtteliselt läksin trenni teadmisega, et seal on võimalus medaleid saada. Mu ema oli mulle öelnud, et treener (Helen Nelis-Naukas) on natuke võib-olla karm, aga see pole halb.

**Mis mõtted esimesest trennist olid?**

Ma mäletan, et kohe esimeses trennis anti mulle ja sõbrannale relvad kätte ja öeldi kellelegi, kes oli juba aasta aega käinud, et õpetagu meid. Praegu käib see paljuski samamoodi, et lapsed, kes on natuke rohkem käinud, esialgu õpetavad nooremaid. Me olime endise Haapsalu Gümnaasiumi võimla taganurgas ja meil lasti torgata neid samu märklaudu, mis on endiselt uues vehklemishallis kasutusel. Meid saalis hästi, hästi palju ja sama grupp, kellega koos alustasime, püsis päris kaua koos. Enamus kadus alles põhikooli lõpus ära ja kümnendas klassis oli meid esialgsest grupist alles neli.

**Mis sa sellest arvad, et vanemad olijad nooremaid õpetavad?**

Esialgu on kõige tähtsam, et laps saaks üldse aru, mis on relv või võistlusseis. See on väga, väga pikk töö, et kõik liigutused kehamällu jääksid. Aga esialgu on ka lastel teineteisega lihtsam kontakti saavutada. Selline õpetamine on ka üks osa laste kokku sidumisest seal grupis.

**Milline on sinu teekond vehklejana olnud? Kuivõrd olid kohe andekas vehkleja?**

Ma arvan, et ma ei ole väga andekas, pigem on töökus mu andekus. Mul ei ole kindlasti tulnud kõik lihtsalt. Hakkasin trennis käima, sest oli tore trennis käia, meil oli väga lõbus ja tore seltskond. Tahtsin küll neid medaleid ka, aga ma isegi ei osanud mõelda, et tahaks maailmameistriks või olümpiavõitjaks tulla.

Muidugi trennis ja laagris natuke võistlesime ka. Näiteks oli meil kord kuus kolmapäevasel päeval šokolaaditurniir. See võiks küll tagasi tulla! Läksime sõbrannaga sinna tavaliselt otse koolist, võtsime Karja poest saiakesed kaasa. Seal olin oma grupis üsna edukas.

Esimene pärisvõistlus oli esimese trenniaasta lõpus, Tartus. Ma arvasin, et olen juba trenni teinud küll ja võiks hästi minna. Ma ei saanud isegi alagrupist edasi! Päris viimaseks ma siiski ei jäänud, ühe võidu vist sain.

**Milline oli esimene turniir, kus sul hästi läks?**

Tallinnas oli Anastassia Cup, ühe tüdruku mälestusturniir. See oli 2002. aastal, võistlus toimus Lasnamäel ühe kooli võimlas ja ma sain teise koha. Auhinnaks oli karu ja see on mul endiselt alles.

Eks ma edaspidi mingit edu hakkasin ka kogema, mis sundis edasi pingutama ja rohkem tahtma. Igal võistlusel ei saagi hästi minna ja ma olen kindel, et olen rohkem kaotanud kui võitnud. Mingist hetkest aga ma hakkasin saavutama rohkem, kui teised tüdrukud trennis. Aga alguses ei olnud ma kellestki peajagu üle ja oli mitmeid, kes olid andekamad kui mina.

Esimesel suurvõistlusel käisin Euroopa kadettide meistrivõistlustel, kui ma olin kümnendas klassis. Samal aastal oli ka kadettide ja juuniorite MM Türgis. Finaali said kaks Rootsi tüdrukut ja finaalisaal oli tehtud ühte konverentsisaali. Panime toolid üksteise otsa ja istusime virna peal, et midagi üldse näha. Helen on meenutanud, et ma kõlgutasin jalgu, silmad pärani lahti ja ütlesin: „Ma tahan ka seal poodiumil vehelda!“ See oli tema arvates see hetk, kust hakkas intensiivne töö pihta.

Ja siis tuli juuniorite võistkonnavõistlus. Esimeses matšis me võitsime Tšehhit, siis läksime kokku Rootsiga, kelle tiimis oli just maailmameistriks tulnud tüdruk. Mina ei osanud siis mitte kedagi karta ja me võitsime. Kaotasime poolfinaalis väga napilt prantslastele ja pärast seda saingi kolmanda koha matši seal poodiumil vehelda. Lõpuks küll kaotasime ja tulime neljandaks, aga see oli meie jaoks ikkagi suur saavutus.

**Milline on olnud hiljem kõige meeldejäävam poodiumil vehklemine?**

Eks meelde on jäänud ikkagi need, kui sa midagi saavutad. Aga selle sama aasta sügisel tulime juba teise võistkonnaga juuniorite Euroopa meistriteks. See poodiumil vehklemine oli väga uhke tunne.

**Mis on su senise karjääri kõige säravam, hetk sinu jaoks?**

Universiaadi pronksmedal (2015). Võistkonnaga võita on üks asi, aga minu enda jaoks on individuaalsed võidud suurema kaaluga. Universiaadil oli mul huvitav tunne - terve päeva teadsin, et saan siit medali.

Tegelikult ei saa sa kunagi sellises asjas kindel olla, aga ma millegipärast olin just täiesti kindel, et lähen võistluselt medaliga koju. Selliseid tundeid ei ole väga tihti, aga paar korda on mul seda veel olnud. Kui tulin näiteks esimest korda täiskasvanute arvestuses Eesti meistriks. Juba enne võistlust oli mul tunne, nagu oleksin kogu selle võistluse juba ära vehelnud. See ongi spordimüsteerium: kuidas tekitada endas seda tunnet.

Mõnel võistlusel on ärev tunne, isegi liiga ärev, see pole ka liiga hea. Ja mõnikord polegi mingit tunnet.

**Mis eesmärgid sul vehklemises veel on?**

Ma kindlasti tahan saada täiskasvanute tiitlivõistluste medali. Ja loomulikult on olümpia iga sportlase suur unistus. Mitte seal lihtsalt ära käia, vaid seal ka võita. Ma olen seda meelt, et unistada tuleb suurelt, siis võib-olla täituvad mingidki unistused.

**Kuidas sa end motiveerid?**

Mulle tundub kuidagi imelik pooleli jätta. Loomulikult on olnud aastaid, mil ei tulegi väga mingit tulemust ja olen tõesti mõelnud, et miks ma seda teen, teeks elus midagi muud ka! Samas ma teengi midagi muud ka - käin tööl ja olen kogu aeg kõrvalt ka õppinud. Vehklemine on minu jaoks hästi oluline, ent vahepeal tundub see pigem nagu mu hobi kui töö. Ma ei saa selle eest palka. Aga võib-olla see ongi, et tahad ju elus midagi muud ka, kui ainult tööd teha. Ma arvan, et on oluline omada hobi, mis sulle meeldib, tänu millele sa koged väga palju emotsioone, saad maailma näha ja väga paljude inimestega tutvuda. See ongi minu elu osa.

**Kui tihti sa trenni teed?**

Peaaegu iga päev, ühel päeval nädalas ma ei tee trenni. Igaks trenniks on vaja arvestada kolm tundi, aga tavaliselt kipub see minema pikemaks. Ma hea meelega teeksin muidu kaks trenni päevas, et üks ei läheks nii pikaks.

**Sa käid ka tööl. Kuidas sa jaksad?**

Õnneks ma ei käi tööl täiskohaga. Mul on leping, millega saan oma töötunde reguleerida, muidu ma ei saaks käia laagrites ja võistlustel. Tavalises kuus olen umbes kolm nädalat kodus ehk käin tööl ja trennis. Umbes nädala pean arvestama laagri jaoks ja võistlus võtab 3-4 päeva.

Vahepeal on üsna väsitav, aga sellega harjub ja eesmärk pühitseb abinõu. Ma ei mõtle sellele, et see on raske. Mulle väga meeldib mu töö ja teen seda hea meelega. Mulle meeldib ka trenni teha ja võistelda, nii et ka see pole minu jaoks nii raske.

Muud aega ongi väga vähe, kui mõelda, et päeva peab mahtuma ka söögitegemine või vahepeal niisama olemine. Aga ma peangi valikuid tegema ja pole kunagi tundnud, et oleksin sellepärast millestki ilma jäänud. Ma ei tunne, et ükski pidu oleks jäänud pidamata. Kõik sõltub ajaplaneerimisest.

**Sa oled ametilt füsioterapeut ja õppinud, kuidas inimese keha töötab. Kas see annab sulle ka sportlasena mingeid eeliseid?**

Mõnes mõttes see on eeliseks ja teises mõttes puuduseks. Ennast ravida on väga raske. Ma võin teisi nõustada, aga mul on väga raske endale anda adekvaatset nõu.

Eeliseks võib olla see, et võib-olla ma saan oma organismist ja kehast paremini aru. Saan aru, mis on minu keha nõrkused, mida pean tugevdama ja vastupidi.

**Mis need nõrkused on?**

Praegu on nõrkuseks üks jalg, mis vajab korralikku taastumist ja aega (Nelli vigastas 2020 suvel oma paremat jalga). Mul oli sama jalaga trauma ka rohkem kui kuus aastat tagasi. Olime Pariisis võistlusel, sealne vaiprada libises ning siis oli samamoodi jalg kipsis.

Minu nõrkus on aga kindlasti mu pea. Kui see püsib külm, on lihtne, aga kui juba seal tekivad *error*’id, siis läheb natuke keeruliseks. Ma arvan, et eriti mängib see rolli kahevõitlusaladel. Psühholoog on väga oluline inimene ja tal on oluline roll minu kui sportlase aitamisel. Ma arvan, et paljudel teistel sportlastel ka. Ei peagi ju kuskil elus midagi halvasti olema selleks, et psühholoogi abi paluda.

Kasutasin psühholoogi abi esimest korda juba noorteklassides. Tahtsin väga palju saavutada ja tundsin, et ka teised ootavad liiga palju, mis tekitas pingeid. Ma arvan, et esialgu ei saanudki ma ise sellest aru.

**Aga räägime sinu tugevustest vehklejana.**

Mul on mõned tehnilised asjad, milles näen, et olen hea. Ma olen pigem jõulisem vehkleja. On vehklejaid, kes on head otse torkajad või kätte torkajad ja siis on need, kes vehklevad palju läbi kaitsete ja haarete. Mina olen pigem kaitsete ja haarete võtja.

Minu heaks küljeks on ka see, et ma ei anna väga kergelt alla, ma pingutan lõpuni. Olen võitnud palju matše, kus olen olnud tagaajaja rollis. Vastane juba arvabki, et ta võidab, aga mul tekib kuskilt mingi käik veel.

Ma mäletan oma esimest juuniorite individuaalset medalit. Ma olin nelja hulka pääsul matšil taga 11:6, aga tulin sellest võitjana välja. 11:6 on päris suur edu teisele, matši lõpp hakkab juba ikkagi lähenema. Ja selliseid matše on veel päris palju olnud.

**Kui sa oleksid nüüd jälle kümne aastane, siis mis trenni sa Läänemaal tänaste teadmistega läheksid?**

Ma arvan, et ma läheks vehklema. Iga inimese jaoks on erinev see, mis talle sobib. Ma arvan, et ma ei ole väga meeskonnamängija. Ma ei valiks ikkagi korvpalli, olen liiga individualist ja vehklemine sobib mulle.

Igaüks peab tegema just seda, mis talle sobib või meeldib. Kõigist ei pea saama ju ka tippsportlast, oluline on teha seda, mis sulle meeldib.