

OKTOBER 2016

REVILJA AZS IN PRILOGA ŠPORTNEGA DNEVNIKA EKIPA SN IN SVETA 24

SLOVENSKA ATLETIKA

ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

75

ŠPORTNI DNEVNIK
EKIPA **sn**



GENERALNI SPONZOR ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



TelekomSlovenije

GLAVNI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



PARTNERSKE INSTITUCIJE ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



Fundacija za šport



UVODNIK

Spoštovani atletski prijatelji,

sezona 2016 zapira svoja vrata, slovenska atletika pa se je v olimpijskem letu ponovno izkazala kot eden od najbolj trofejnih slovenskih športov.

Letos smo na največjih tekmovanjih evropskega in svetovnega formata osvojili več kolajn, kar dokazuje uspešno menjavo generacij in dobro delo v atletskih krogih.

Letošnji tekmovalni vrhunec je dosegel mladi Robert Renner, ki se je na evropskem prvenstvu povzpел na zmagovalni oder in se okril z bronasto kolajno. Na olimpijskih igrah v Riu de Janeiru smo imeli deset predstavnikov, kar pomeni, da je bila atletika znova najbolj številčno zastopan individualni šport slovenske odprave kljub izjemno zaostrenim normam mednarodne zveze, ki so začele veljati v zadnjih letih. Domov smo se vrnili z državnim rekordom mladega zvezdnika Luke Janežiča in finalom izjemne skakalke s palico Tine Šutej. Že evropsko prvenstvo v Amsterdamu je poleg Rennerjeve kolajne za Slovenijo postreglo s kar petimi finali naših atletov, poleg Janežiča še letošnjega atletskega odkritja Maruše Černjul, najmlajše v naši odpravi Veronike Domjan, ki letos serijsko presega lastne rekorde v metu diska, najboljšo letošnje olimpijke Tine Šutej in Martine Ratej, naše najuspešnejše predstavnice v diamantni ligi, v kateri smo letos imeli kar štiri predstavnike. Izjemen tekmovalni uspeh sta dosegli tudi Maja Bedrač v skoku v daljino in Eva Pepelnak v troskoku, ki sta na EP za mlajše mladince, kjer nas je zastopala ena od najštevilčnejših reprezentanc velikih tekem do zdaj, stopili na drugo najvišjo stopničko. Doseženi so bili številni državni rekordi v vseh starostnih kategorijah, kar je najlepši dokaz, da imajo naši atleti tudi v rezultatskem smislu še rezerve in da atletika v rezultatskem smislu še vedno napreduje.

Tudi Atletska zveza Slovenije doživlja preobrazbo kot ena od največjih športnih zvez v Sloveniji. Temeljito se reorganiziramo v eno najbolj modernih športnih zvez v Sloveniji. Povezujemo lepo število klubov, združenj, odborov, svetov in vrhunskih športnih sodelavcev ter seveda veliko ostalih ljubiteljev kraljice športa.

Usmerjeni smo v vrhunski šport, odlične rezultate, otroško, mladinsko in šolsko atletiko, gorske teke, rekreacijo ter cestne teke, maratone in kroše, kar v največji mogoči meri zaokrožujemo tudi celovito regijsko pokritost športa na Slovenskem.

Ponosni smo, da smo tudi v letošnji sezoni postregli s številnimi rezultatskimi presežki ter organizirali številna tekmovanja in druge atletske dogodke na domačih prizoriščih. Revija, ki je pred vami, osvetljuje vrhunce sezone 2016 in sklepni dogodek na Vseatletskem vikendu, kjer bomo ponovno počastili tudi naše najboljše v sezoni 2016. Prepričan sem, da se boste tudi v tej reviji prepričali, da atletika ostaja – prva.



Roman Dobnikar,
predsednik Atletske zveze Slovenije

ATLETIKA

Revija Atletika je glasilo
Atletske zveze Slovenije.

Urednica

Katja Kustec

Uredniški odbor

Marko Božiček

Katja Kustec

Jurij Završnik

Oblikovanje in prelom

Salomon, d. o. o.

Fotografije

Reuters & Ekipa

Naslov uredništva

Atletska zveza Slovenije

Letališka 33 c

1000 Ljubljana

tel: 01/520-6910

e-pošta: info@atletska-zveza.si

www.atletska-zveza.si

Tisk

Set, d. d.

Vevška 52

1260 Ljubljana Polje

ISSN 1318-6213



**ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE**

**Revija je izšla
s pomočjo sredstev
Fundacije za šport.**

Naslovnica

Ljubljanski maraton

Foto: Grega Wernig

21. LJUBLJANSKI MARATON

Če je praznik, pa naj bo praznik

Zadnjo oktobrsko nedeljo bodo slovensko prestolnico znova preplavili tekačice in tekači, na sporedu bo namreč Volkswagen 21. Ljubljanski maraton.

Letošnji tradicionalni tekaški praznik bo rekorden po številu nastopajočih na maratonu (42 km) in polmaratonu (21 km) ter rekreativnem teku na 10 kilometrov. Na dvodnevnem tekaškem dogodku bo skupno nastopilo 28.487 tekačic in tekačev, od tega na nedeljskih preizkušnjah kar 18.868. V primerjavi z lanskim maratonom bo na letošnjem nastopilo 14,4 odstotka več tekmovalk in tekmovalcev, na 42 kilometrov dolgi preizkušnji pa 22,5 odstotka več. »Število nastopajočih je že prav neverjetno. Razmišljam o tem, vendar pravega odgovora ne najdem. Verjetno bi ga prej našli sociologi ali kulturologi,« je dejal predsednik organizacijskega odbora Ljubljanskega maratona Andrej Razdrih in dodal: »Na vsak način je to izraz dobrega dela organizatorjev ter neverjetnega razvoja tekaške in športne kulture v Sloveniji. Menim, da smo Slovenci glede udeležbe, tu ne mislim zgolj na Ljubljanski maraton, pravi fenomen. V dveh dneh bo po ulicah našega mesta glavnega mesta teklo več kot odstotek skupnega slovenskega prebivalstva, kar je nekaj neverjetnega. Za prireditelje je veliko nastopajočih tudi velik organizacijski zalogaj, kar je potrdil direktor Ljubljanskega maratona Gojko Zalokar. »Se že kar malce bojimo, saj preprosto ne vemo, kako bomo vso to silno množico tekačev umestili v tako majhen prostor. V prihodnosti bomo zaradi varnosti morda morali razmisliti o določenih omejitvah glede števila nastopajočih.«

Trasa bo potekala po ulicah in cestah v središču mesta in njegovi okolici, tretjič v zgodovini pa bo preizkušnja na najdaljši razdalji potekala v enem samem krogu. V nedeljo se bo tek na 10 kilometrov začel ob 8.30, teka na 21 in 42 kilometrov pa ob 10.30. Že 10 minut prej bo start paraplegikov in rolkarjev. Prireditelji tekmovanja bodo v soboto, 29. oktobra, za mlajše starostne kategorije priredili tudi srednješolski tek (3,5 km), osnovnošolski tek (2 km), promocijski tek (600 m in 1600 m), Lumpi tek (200 m) in Fun tek (3, 5 km). Vse tekaške preizkušnje se bodo začele na Slovenski cesti med hotelom Cubo in Uršulinsko cerkvijo, cilj bo na Kongresnem trgu. Ljubljanski maraton ni le najmnogičnejši tekaški dogodek v Sloveniji, temveč je zaradi svoje kvalitete in tradicije kot pomembno tekmovanje vključen tudi v sistem tekmovanj Atletske zveze



Tehnično tekmovalna komisija AZS je sprejela sklep, da se za razvrstitev tekmovalcev na prvenstvu Slovenije v polmaratonu, ki bo v okviru 21. ljubljanskega maratona (30. 10. 2016), upoštevajo neto časi.

Slovenije. Letos bodo na maratonu zaznamovali prav poseben dogodek – podpis izjave o sodelovanju na področju rekreativnih tekov, ki bo v soboto, 29. 10. 2016, ob 17.30 v Marmorni dvorani Gospodarskega razstavišča v Ljubljani. Izjava bo podpisana med vodstvom AZS in Združenjem za rekreativne teke – predstavniki največjih tekaških prireditev v Sloveniji, ki pri nas uživajo velik ugled in so vsako leto bolj množično obiskane, po novem pa delujejo tudi v okviru članstva AZS.

Podpisnik v imenu AZS bo predsednik Roman Dobnikar, v imenu Združenja za rekreativne teke pa Gojko Zalokar, Igor Drakulič (direktor prireditve Tek štirih mostov), Barbara Jerič (vodja organizacijskega odbora Malega kraškega maratona), Anton Noner (predsednik Športnega društva Konjiški maraton), Marko Pintarič (generalni sekretar Maratona treh src), Marko Roblek (predsednik društva Vitezi Dobrega Tek – Nočna 10ka) in dr. Marijana Sikošek (predsednica društva Istrski maraton). Gre za potrditev sodelovanja pri skupnem projektu zagotavljanja popularizacije teka in atletike ter pogojev za najširšo družbeno podporo rekreativnim tekom.

Skupaj v koraku s časom.

PAKETNI RAČUN FUTURIST



SKLENITE OSEBNI RAČUN FUTURIST ZA SODOBNO, ENOSTAVNO IN UGODNO POSLOVANJE.



Odprite paketni račun **kar prek spleta**.



Podvojite svoj limit s polovičnimi stroški odobritve.
Le do 17. januarja 2017!



Brez stroškov vodenja računa.

 **Nova KBM**
PRIPRAVLJENI NA JUTRI

URADNA BANKA
LJUBLJANSKEGA MARATONA

W: NKBM.SI/FUTURIST | T: 080 17 50 | INFO@NKBM.SI |   

VOLKSWAGEN
LJUBLJANSKI
MARATON



MARUŠA MIŠMAŠ

Dvakrat je zmagala

Ena uspešnejših slovenskih atletinj na Ljubljanskem maratonu je mlada Maruša Mišmaš, ena najbolj obetavnih slovenskih tekačic na srednje proge.

Maruša je vedno tekla na deset kilometrov, saj so daljše razdalje zanjo seveda nesmiselne. Ne, da jih ne bi mogla preteči, vendar ker bi bilo za aktivno vrhunsko tekmovalko slabo, če že ne nevarno (za poškodbo), če bi se ukvarjala z polmaratonom ali celo maratonom. Mišmaševa je zmagala na Ljubljanskem maratonu v teku na deset kilometrov v letih 2013 in 2014, lani pa je osvojila drugo mesto za veteranko Sonjo Roman, ravno tako reprezentantko in odlično tekačico na srednje in dolge proge.

Predlani je v ženski konkurenci na 10 kilometrov Mišmaševa zmagala s časom 34 minut in 28 sekund. »Proga je bila drugačna kot leto prej, bolj ravninska, vendar se mi ni vleklo, ker je bilo ob progi veliko navijačev. Moj cilj je bil, da tečem pod 35 minutami, cilj sem tako izpolnila in sem zadovoljna. Je bila pa tekma



bolj trening, tako kot prejšnji teden, ko sem bila druga na DP v cestnem teku,« je takrat o zmagi povedala Mišmaševa.

Lani so bili doseženi odlični rezultati. Na maratonu je z rekordnim časom (2:08:21) slavil Etiopijec Limenih Getačev, v ženski konkurenci pa njegova rojakinja Melkam Gizev (2:25:44). Na 21 kilometrov sta bila najhitrejša Rok Puhar in Tina Čačilo, na 10 kilometrov pa Jan Petrač in Sonja Roman. Romanova (na teku na 10 kilometrov je zmagala štirikrat) je odtekla do zdaj najboljši čas (33,32), le malo pa je za njo zaostala Mišmaševa (33,53). Maruša je vsako leto izboljševala čas na deset kilometrov – 2013: 35,21, 2014: 34,38, 2015: 33,53. Letos se Maruša ni podala na maraton, saj je morala zaradi poškodbe, ki jo je med drugim stala tudi nastopov na evropskem prvenstvu in olimpijskih igrah, na operacijo.



STORE
ONLINE
MOBILE

-50%*
NA DRUGI ARTIKEL

OD 28. 10. DO 31. 10. 2016

**BREZ
IZJEME,
TUDI NA ŽE
ZNIŽANE
CENE!**

*Ponudba velja od 28.10. do 31.10. 2016. Ob nakupu katerikoli dveh artiklov, vam na drugega, cenejšega, pri blagajni obračunamo 50% popust. Akcije se med seboj ne seštevajo. Ne velja za nakup Hervisovih darilnih bonov. Akcija ne velja v spletni trgovini.

ZA OGREVANJE PRED IN REGENERACIJO PO ŠPORTU!

Za zmanjšanje možnosti poškodb ter ohranjanje vitalnosti vezi in sklepov se priporoča uporaba izdelkov, ki vsebujejo naravni **perna ekstrakt**. Najdete ga v izdelkih Pernaton. Ti vsebujejo veliko **glukozaminoglikanov**, ki so pomemben del sestave vezivnih tkiv in sklepne hrustanca ter uravnavajo prožnost in povečujejo sposobnost obnavljanja teh tkiv. **Glukozaminoglikani**, ki jih nanesemo na kožo, skozi njo prehajajo v kri. Izdelki s **perna ekstraktom** so zelo učinkoviti, njihova uporaba pa je priporočljiva za pripravo na športne aktivnosti (**Pernaton Gel forte**) in tudi za regeneracijo po športu (**Pernaton Gel**). S tem pripravite sklepe in vezivna tkiva na fizično aktivnost, po aktivnosti pa lahko z gelom Pernaton predvsem omilite napetost in bolečine v mišicah ter sklepih.

Za masiranje mišic, sklepov in vezivnih tkiv.



VERJAMEMO VATE!

PERNATON®

URADNI
REGENERACIJSKI
GEL



VOLKSWAGEN
LJUBLJANSKI
MARATON



OSEBNI SPONZOR MARUŠE MIŠMAŠ

Dvakratna državna prvakinja na 1500m in 3000m, državna rekorderka na 3000m zapreke, balkanska prvakinja v krosu v kategoriji »Mlajših članic«, balkanska članska prvakinja v dvorani na 3000m



NIKOLI SE NE SMEŠ PREDATI

Vrnila se bom še močnejša



Maruša Mišmaš se je morala zaradi kronične poškodbe tetive v sezoni, ki se izteka, odpovedati tako nastopu na evropskem prvenstvu v Amsterdamu kot nastopu na olimpijskih igrah v Riu de Janeiru. Pred dnevi je prestala operacijo in vsi upamo, da se bo ena najbolj obetavnih slovenskih tekačic na srednje proge kmalu vrnila na treninge.

Za Marušo so bili trenutki, ko se je morala odpovedati najprej nastopu na evropskem prvenstvu (potovala je v Amsterdam in se tam po posvetu s fizioterapevtom Khalidom Nassifom odločila, da ne nastopi), potem pa še olimpijskim igram (po posvetu z zdravnikom olimpijske reprezentance v Brazilijo sploh ni potovala), zelo težki.

»Ne morem verjet, da nisem tekla. Po več mesecih težav s poškodbo, garanju v bazenu in vseh terapijah je bolečina ravno dva tedna pred evropskim prvenstvom izginila. Tako sem bila že vesela, da bom kljub vsemu lahko odločno nastopila v Amsterdamu. Potem pa se je bolečina vrnila v najslabšem trenutku. Do zadnjega trenutka sem imela upanje, da bo šlo, ampak je bila bolečina premočna. Evropsko prvenstvo je zame mimo. Do olimpijskih iger je še nekaj časa in dala bom vse od sebe, da bom takrat pripravljena za boj. Hvala vsem, ki ste v težkih trenutkih z mano in me spodbujate. Gremo naprej!« je še v Amsterdamu govorila Maruša, potem pa je uvidela, da tudi v Rio ne bo šlo: »Zelo mi je hudo, da ne bom mogla nastopiti v Riu. Zadnja štiri leta mi je bilo povsem samoumevno, da bom letos nastopila na olimpijskih igrah. Že od februarja se borim s poškodbo in strahom, ali bom lahko trenirala ali ne. Zadnji mesec so težave končno izginile, potrdila sem normo OKS in bila sem zelo vesela, da bom kljub vsemu doživela olimpijske igre. Ampak žal to ne bo mogoče. Zdaj bom ta čas izkoristila za to, da se bom povsem spočila in pozdravila in si prvič po šestih letih privoščila daljši dopust. Nato pa bom sveža začela priprave za naslednjo sezono. Prepričana sem, da mi bo ta počitek samo koristil,« je optimistično zrla v prihodnost 21-letna atletinja, ki je tako ostala brez premiernih olimpijskih iger, na katere bo morala počakati dodatna štiri leta.

Maruša pa je res zelo pozitivna oseba in se zaveda, da je treba naprej gledati s sončnimi očali: »Ko gre vse po načrtih, niti ne razmišljamo veliko o posameznih členih ekipe. Ko pa pride do težav, se zares zavemo pomembnosti vsakega posameznika. Hvaležna sem, da imam ob sebi Nežko

Poljanšek, ki je ob meni takrat, ko letim na tekaških stezah in ko komaj hodim. Zna me postaviti nazaj na noge, in kar je še bolj pomembno, zna me sprostiti in me navdati z močjo in samozaupanjem.«

Maruša je potem avgusta odšla na počitnice, se vrnila in začela trenirati. »Dopusta je konec in spet sem začela resno trenirati. Daljši počitek po dolgem času mi je res ugajal in sem zelo uživala. Vseeno pa sem srečna, da spet treniram. Sicer za zdaj samo v bazenu in na kolesu, ampak se že veselim dneva, ko bom spet tekla. Verjamem, da se bom vrnila še močnejša,« je pred kratkim povedala Maruša.

Kako pa se je Maruša sploh znašla v tekaških sprinterih? »V prvih letih v atletskem klubu so bili treningi zelo raznoliki. Veliko je bilo še igre in spoznavali smo vse atletske discipline. Ampak že od nekdaj sem najbolj uživala v teku. Oboževala sem tisto grizenje in vztrajanje in občutek utrujenega zadovoljstva na koncu. Še danes uživam v teku. Daje mi občutek letenja, me sprošča in osvobaja. In da, tudi v težkih treningih in garanju uživam. Ker je občutek po končanem uspešnem treningu najboljši,« je razložila Mišmaševa, ki v proces vadbe vključuje vaje za moč in stabilizacijo, da teka ne prekinajo bolečine in poškodbe. Močnejši trup omogoča, da je pri teku bolj stabilna in ekonomična, korak je varnejši in lahkotnejši, razvije pa lahko tudi višjo hitrost. Tako je zadovoljstvo ob teku največje. Tekiška vadba seveda vključuje ogrevalni tek, vaje za moč in stabilizacijo, glavni tek in raztezne vaje. V sklopu tekaške abecede Maruša izvaja nizki in visoki skipping, striženje, zametavanje, tek s poudarjenim odzivom, grabljenje, hopsanje in džoging poskoke. »Pomembno je, da tudi vsi ostali, ki si želite teči, izberete pravo opremo, ustrezna oblačila in pravilno obutev, da bo tek užitek, in ne boleče mučenje. Obutev mora biti narejena iz kakovostnih materialov in nuditi podporo na mestih, kjer jo potrebujete. Oblačite se večplastno in predvsem ne preveč, da vam ne bo prevroče. Vedno se oblecite, kot da je zunaj 10 stopinj več od dejanske temperature,« je svetovala Maruša.





Foto: Aleš Hostnik / SKB d.d., Ajdovščina 4, 1513 Ljubljana



www.skb.si / SKB TEL (01) 471 55 55

GLAVNI SPONZOR SLOVENSKE OLIMPIJSKE REPREZENTANCE IN OSEBNI SPONZOR MARUŠE MIŠMAŠ



GLAVNI SPONZOR OLIMPIJSKE
REPREZENTANCE SLOVENIJE

OLIMPIJSKE IGRE RIO 2016

Prelom s sončnimi žarki

Deseterica pomlajene reprezentance, ki je nastopila na letošnjih olimpijskih igrah, je nastopila solidno. Največji uspeh odprave je dosegla skakalka s palico Tina Šutej z nastopom v finalu tekmovanja, v katerem je dosegla 11. izid. Enaindvajsetletni Luka Janežič pa je na do zdaj najpomembnejši tekmi v karieri v polfinalu teka na 400 metrov pritekel do izboljšave lastnega državnega rekorda.

Sedemindvajsetletna Ljubljančanka se je prebila med 12 najboljših tekmovalk v skoku s palico. Šutejeva se je v finale prepričljivo uvrstila z rezultatom 455 centimetrov, vse višine pa je zmogla v prvem poskusu. V finalu se je s preskočeno višino 450 centimetrov uvrstila na 11. mesto. »To je moj prvi veliki finale in mislim, da je pred mano še svetla prihodnost. Zdaj začenjam graditi vse skupaj za Tokio. Nisem še najstarejša in pred sabo imam vsaj še ene igre. Motivacija je velika, cilji so visoki in nisem še rekla zadnje besede,« je svoj veliki finale komentirala slovenska rekorderka. Šutejeva je v Londonu 2012 osvojila 19. mesto, njena najboljša uvrstitev na velikih tekmovanjih pa je 10. mesto na svetovnem prvenstvu 2014 na Poljskem.

Skakalka v višino Maruša Černjul, finalistka letošnjega evropskega prvenstva, je na svojih prvih olimpijskih igrah z 1,92 metra osvojila 21. mesto, s čimer se je približala finalu, od katerega sta jo ločila le dva centimetra. Preskočena višina je le centimeter manj od njenega osebnega rekorda, ki ga je postavila junija v Celju, takrat si je tudi izborila olimpijsko vozovnico. »Zmanjkalo mi je malo sreče, saj višina 194 centimetrov ni bila tako daleč. Zadovoljna sem s prvim nastopom in tehnično izvedbo skokov, ostala sem tudi mirna. Res ni bilo slabo, zdaj pa se lahko še malo sprostim,« je po tekmi ocenila 24-letna Celjanka.

Slovenske nastope je že prvi atletske tekmovalni dan odprl Žan Rudolf in na tekmovanju na 800 metrov z najboljšim dosežkom v sezoni 1:46,93 dosegel 21. rezultat. Tretji atletske nastop na igrah je pripadel slovenskemu rekorderju v skoku s palico Robertu Rennerju, ki je v kvalifikacijah skoka s palico delil skupno 22. mesto s 5,45 metra.

V ženskem teku na 200 metrov smo imeli dve predstavnici. Najhitrejša Slovenka Maja Mihalinec je dosegla 48. čas, druga slovenska predstavica v tej disciplini Sabina Veit pa je pritekla do 62. izida.

»Pred odhodom na Ol smo si na zvezi želeli dve uvrstitvi v finale pomlajene ekipe. Domov se vračamo s finalom Tine Šutej, državnim rekordom Luke Janežiča, tudi drugi naši so dostojno branili slovenske atletske barve. Zato lahko ocenim, da smo izpolnili zastavljene cilje. Ne nazadnje je lep uspeh tudi, da smo znova najštevilčnejši šport med individualnimi panogami slovenske odprave, pred letošnjo sezono pa tako velike pričakovali.



Pred odhodom na Ol smo si na zvezi želeli dve uvrstitvi v finale pomlajene ekipe. Domov se vračamo s finalom Tine Šutej, državnim rekordom Luke Janežiča, tudi drugi naši so dostojno branili slovenske atletske barve. Zato lahko ocenim, da smo izpolnili zastavljene cilje. Ne nazadnje je lep uspeh tudi, da smo znova najštevilčnejši šport med individualnimi panogami slovenske odprave, pred letošnjo sezono pa tako velike reprezentance nismo pričakovali.

Vladimir Kevo

reprezentance nismo pričakovali. Vsekakor gre za mladi rod, za katerega ocenjujemo, da bo svoj vrhunec dosegel na naslednjih olimpijskih igrah v Tokiu,« je slovenske nastope ocenil Vladimir Kevo, predsednik stroke in vodja slovenske odprave.

Luka za prihodnost

Na olimpijskih igrah je izstopal nastop najmlajšega v slovenski olimpijski odpravi Luke Janežiča, ki se je v teku na 400 metrov uvrstil v polfinale tekmovanja, kjer je izboljšal slovenski državni rekord, ki je prav tako bil v njegovi lasti.

Ima zgolj 20 let, pa je že stopil v svet velikih fantov. Tistih, ki so najhitrejši na svetu v teku na 400 metrov. Komaj je zakoral iz najstniških let, že ima največje uspehe na dosegu roke. Luka je slovenski atlet prihodnosti.

»Bilo je vrhunsko. Tako dobro se na tekmi nisem počutil še nikoli. Prav neverjetno. Že v polfinalu je bilo vrhunsko. Tekel sem zelo lahkotno, brez prevelikega naprezanja, in v cilj sem prišel kot drugi. Spomnim se, da sem bil kar malce zadovoljen s časom, ki sem ga videl na velikem zaslonu. Pa čeprav sem tekel 45,33, kar je bilo zelo

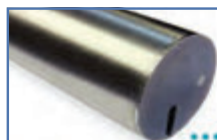
blizu državnega rekorda. Toda zdelo sem mi je, da sem imel v cilju še precej moči in da bi lahko tekel še hitreje,« je povedal Luka, ki je bil v prvem krogu v svoji skupini drugi in se je neposredno uvrstil v polfinale.

Naslednji dan je tekel v polfinalu in naredil še nekaj korakov naprej. »Očitno sem bil tako dobro pripravljen, da sem brez težav tekel državni rekord. Pa po teku niti nisem bil utrujen. No, ta tek je tudi dokaz, da lahko tečem še hitreje. Da se lahko spustim pod 45 sekund,« je dejal Janežič, ki je bil na teku dejansko videti odlično, saj se ni videlo, da bi se preveč naprezal, da bi tekel z muko, ampak je imel lahkoten korak, ki ga je nesel do vrhunškega rezultata. Podoben korak je imel tudi poznejši svetovni rekorder, Južnoafričan Wayde van Niekerk, ki pa je imel seveda veliko višjo frekvenco korakov. »V Riu sem bil bolje pripravljen kot v Amsterdamu. Ne da s trenerjem Rokom Predaničem nisva načrtovala dveh vrhuncev sezone, toda očitno nama ni uspelo v taki meri, kot sva si želela. Morda sem premlad, morda pa je bilo kaj drugega. Mislim, da je bila ena od najpomembnejših stvari pri mojem uspešnem nastopu na olimpijskih igrah ta, da sem se dva tedna pripravljaj na Rogli. Tam so bile razmere idealne in naredil sem 12 ali 13 vrhunskih treningov, ki so me dvignili raven višje, kot sem bil pred tem. Na Rogli sem imel res izjemne razmere za delo in tja bom pred velikimi tekmami zagotovo še šel,« je razložil Janežič.

Luka je po letošnjih odličnih rezultatih prvič dobil tudi vabilo za nastop na diamantni ligi in ga dobro izkoristil. Dejansko je vstopil v svet velikih fantov, moških, kajti tek na 400 metrov je samo za najboljše, najhitreje, najbolj vzdržljive in psihično najbolj pripravljene atlete. Kako pa si je Luka zamislil prihodnost? »Popolnoma se bom posvetil atletiki. Ti rezultati na olimpijskih igrah so mi dali novo moč in novo motivacijo. Seveda od tod, kjer sem, razmišljam tudi o tem, kako se bom približal tekmečem, ki so zdaj v svetovnem vrhu. Zavedam se, da bo potrebnega še ogromno treninga, da bom ujel najboljše, vendar imam čas. Mlad sem še in tudi potrpežljiv. Pa tudi realist sem in se zavedam, da ne bo šlo vse tako hitro, kot bi si morda želel.«

Kaj se bo v resnici zgodilo, ne ve nihče, Luka pa se zaveda, da se bo zdaj moral ustaliti na rezultatih okoli 45,10, če bo želel teči pod magično mejo. »To je prava smer – načrtno delo, brez prevelikih preskakovanj in velikih nihanj. Le tako lahko napredujem tudi dolgoročno in upam, da bom nekoč tekel za kolajno tudi na olimpijskih igrah. Pred menoj so, vsaj upam tako, vsaj še dvojje olimpijske igre in moji dolgoročni cilji so usmerjeni tudi tja, pa čeprav trenutno razmišljam le o naslednjem treningu ali naslednjem počitku,« je končal Luka.

V njegovo čast so v njegovih, domačih Vodicah pripravili prirčen sprejem, ki je pokazal predvsem eno – spoštovanje.



Označevanje v industriji

ADHEZIV

**PONOSNI SPONZOR
LUKE JANEŽIČA**

VODILNI V SLOVENIJI NA PODROČJU OZNAČEVANJA V INDUSTRIJI

www.adheziv.si

25
Označevanje v industriji
ADHEZIV
1991-2016



ADHEZIV d.o.o.

Primož pri Šentjurju 24C, 3230 Šentjur

Tel: +386 (0)3 74 90 740, Fax: +386 (0)3 74 90 741

vojko.arzensek@adheziv.si, www.adheziv.si

EP V AMSTERDAMU 2016

Robertov bron

Devetnajstčlanska slovenska reprezentanca je evropsko prvenstvo v Amsterdamu zapustila s šestimi finalnimi uvrstitvami, dvema več od načrtovanih, ter bronasto kolajno Roberta Rennerja, obenem pa se je večina prebila vsaj v drugi del tekmovanja.



Dvaindvajsetletni slovenski rekorder Robert Renner iz celjskega Kladivarja je v skoku s palico osvojil tretje mesto in na sobotni slovesnosti prejel bronasto medaljo, osmo slovensko kolajno na prvenstvih stare celine in prvo po desetih letih.

Luka Janežič je bil peti na 400 metrov, Martina Ratej šesta v metu kopja, Maruša Černjul je delila deveto mesto v skoku v višino, vsi omenjeni so člani celjskega Kladivarja, deseta pa je bila Veronika Domjan v metu diska. V finalu skoka s palico je brez izida ostala Tina Šutej, ki ni preskočila začetne višine.

Po osvajanju odličij v mlajših kategorijah, nekdanji mladinski svetovni prvak je bil lani med drugim zlat na EP do 23 let, je Renner kljub mladosti dokazal tekmovalno zrelost že lani z uvrstitvijo v finale na SP v Pekingu, tokrat pa je dosežek v disciplini, v kateri v svetovnem vrhu prevladujejo tekmovalci s stare celine, še nadgradil. Z obema rokama je pograbil priložnost, ki se je pokazala po podcenjevanju tekmecev in slabih vremenskih razmer svetovnega rekorderja in aktualnega olimpijskega zmagovalca Francoza Renauda Lavillenieja. Potem ko je leta 2010 osvojil tri zaporedne evropske naslove, je tokrat prvič skakal šele na 5,75 metra, ko so drugi že končali, vendar je letvico trikrat podrl in kolajna je odšla v Slovenijo k varovancu trenerja Milana Kranjca prav v desetem letu njunega medsebojnega sodelovanja.

»Sploh še nisem doživel te medalje, iz izkušenj od prej vem, da jih začnem ceniti, ko vsi drugi na to že malo pozabijo. Ostajam na realnih tleh, za take uspehe bo treba še naprej trdo delati in vztrajati naprej. Toda vesel sem že zdaj, danes je poseben dogodek, ki ga nisem še doživel, in bil sem kar ponosen nase, ko sem dobil medaljo. V mlajših kategorijah so že igrali slovensko himno, toda česa takega še nisem doživel. Na trgu pred stadionom je bilo veliko ljudi in na Amsterdam bom ohranil res lep spomin. Polovica slovenske reprezentance je v današnjih zgodnjih jutranjih urah že odpotovala v domovino, zato priložnosti za dolgo proslavljanje ni bilo, sezona bo še dolga, saj je pred mano čez mesec dni še glavna tekma, olimpijske igre,« je po podelitvi povedal Celjan Renner.

Dve leti mlajši Luka Janežič je na 400 metrov osvojil peto mesto (45,65) in dokazal, da

sodi v evropski vrh teka na stadionski krog. Štiriintridesetletna Martina Ratej je v metu kopja zasedla šesto mesto (60,65 m), kljub izenačenju svoje najboljše uvrstitve na velikih tekmovanjih pa ni bila zadovoljna, tudi zato ker na treningih redno premaguje tokrat bronasto Hrvatico Saro Kolak, ki jo vadi trener Ratejeve Andrej Hajnšek.

Devetnajstletna Veronika Domjan je v metu diska zasedla deseto mesto (58,12 m) in je v kvalifikacijah dosegla nov slovenski rekord (60,11 m). Mesto višje je bila druga debitantka na velikih tekmah, uspešna 24-letna študentka Maruša Černjul. V ZDA bo po OI v Riu opravljala magisterij, tokrat pa je v finalu skoka v višino končala na 1,89 metra. Šesta slovenska finalistka Tina Šutej v skoku s palico ni preskočila začetne višine 4,35 metra in je ostala brez izida.

Najboljša slovenska atletinja lanskega leta Maja Mihalinec je v polfinalu teka na 100 metrov s 15. izidom (11,55) končala nastope na tem EP, na katerem je bila na 200 metrov deseta (23,17) ter je za tri stotinke zgrešila finalni nastop. Slovenski rekorder Žan Rudolf je v polfinalu na 800 metrov dosegel 16., zadnji izid (1:54,49) in bil razočaran. V polfinalu sta tekli tudi Marina Tomić, ki je bila na 100 metrov ovire 20., (13,32), in Sabina Veit na 200 metrov, kjer je dosegla 24. izid (23,72).

Sploh še nisem doživel te medalje, iz izkušenj od prej vem, da jih začnem ceniti, ko vsi drugi na to že malo pozabijo. Ostajam na realnih tleh, za take uspehe bo treba še naprej trdo delati in vztrajati naprej. Toda vesel sem že zdaj, danes je poseben dogodek, ki ga nisem še doživel, in bil sem kar ponosen nase, ko sem dobil medaljo.

Robert Renner

DIAMANTNA LIGA

Prvič štirje Slovenci

Na tekmah diamantne lige v sezoni 2016 so nastopili kar štirje Slovenci. Poleg Martine Ratej, ki je že stalna udeleženka največjih atletskih mitingov na svetu, so prestižna tekmovanja okusili še Tina Šutej, Robert Renner in Luka Janežič.

Luka Janežič je drugi dan diamantne lige v Londonu v teku na 400 metrov zasedel četrto mesto (45,54 sekunde) in je le za 32 stotink zaostal za svojim letošnjim rekordom. Zmagal je nekdanji evropski podprvak in domačin Matthew Hudson-Smith (45,03). Dvaindvajsetletni Robert Renner, drugi slovenski predstavnik v britanski prestolnici in bronast na letošnjem evropskem prvenstvu v Amsterdamu, je bil peti v skoku s palico (5,65 m). Za oba obetavna slovenska atleta je bil to prvi nastop na najprestižnejši seriji svetovnih mitingov.

Slovenka rekorderka v skoku s palico Tina Šutej je na diamantni ligi v Zürichu v skoku s palico delila četrto mesto, preskočila pa je 4,51 metra, kar je eden od njenih najboljših izidov v sezoni. Na pokritem skakališču na železniški postaji je bila v skoku s palico najboljša Britanka Holly Bradshaw, nekdanja dvoranska evropska prvakinja (4,76 m). Šutejevo



sta prehiteli le še drugouvrščena Američanka Sandi Morris (4,71 m), srebrna tako na olimpijskih igrah v Rio de Janeiru kot tudi na letošnjem svetovnem dvoranskem prvenstvu v Portlandu, in Grkinja Ekaterini Stefanidi (4,71 m), ki je bila tretja, na Ol v Rio de Janeiru je osvojila zlato, mesec dni prej pa je bila prva tudi na evropskem prvenstvu.

Najboljša slovenska metalka kopja Martina Ratej je bila na zadnji tekmi diamantne lige v sezoni v Bruslju četrta. Orodje je vrgla 60,19 metra. Šutejeva je osvojila peto mesto v skoku s palico (4,42 m), v tej disciplini je zmagala Američanka Sandi Morris z izidom sezone (5,00 m) na svetu in je šele kot druga ženska v zgodovini na prostem preskočila pet metrov. Ratejeva je zaostala le za Latvijko Madaro Palameiko, ki je z državnim rekordom (66,18 m) potrdila skupno zmago v disciplini, Čehinjo Barboro Špotakovo (63,78 m) in Američanko Karo Winger (61,86 m).

Temelje **jutrišnjih uspehov**
gradimo **danes.**

JAVNA
VARNOST

TELEKOMUNI-
KACIJE

TRANSPORT

ENERGETIKA



MLADINSKO SP V BYDGOSZCZU

Lara skočila v finale

Poljsko mesto Bydgoszcz je konec julija gostilo najpomembnejše tekmovanje v mladinskih kategorijah v letu 2016 – mladinsko SP do 20 let. Na tekmovanje so se uvrstile tri slovenske predstavnice. V disciplini 400 metrov ovire sta nastopili Aneja Simončič in Agata Zupin, Lara Omerzu pa v skoku v višino.

Najbolje se je na prvenstvu odrezala Omerzujeva iz AK Brežice, ki je zadnji dan tekmovanja s preskočenimi 179 centimetri osvojila končno 12. mesto. Zmagala je Čehinja Michaela Hrubá, ki je preskočila 1,91 metra. Lara je svoj nastop na prvenstvu začela sijajno, saj je v kvalifikacijah s preskočenimi 181 centimetri dosegla najboljši izid, ki ga ni presegla nobena od ostalih tekmovalk. Po dobri popotnici za finalni nastop je Lara v finalu višino 1,79 metra zmogla v prvem poskusu, na naslednji višini, 1,83 metra, pa je bila trikrat neuspešna. Lara, ki jo trenira Henrik Omerzu, je sicer lastnica številnih lovorik iz preteklih sezon – že lani je izboljšala mlajši mladinski državni rekord ter med drugim postala balkanska prvakinja skoka v višino med mlajšimi mladinkami v Sremski Mitrovici. Z uspešno lansko sezono je bila drugič zapored razglašena tudi za drugo najboljšo atletinjo v kategoriji mlajših mladink. Lara je s prebojem v finale izpolnila svoj cilj, ki si ga je zastavila pred tekmo: »V Bydgoszczu je bila zame seveda daleč najpomembnejša tekma letos in nastopa sem se zelo veselila. Priprave na tekmo so potekale že vse leto, poleg skoka v višino pa smo se posvetili tudi mnogoboju. Odločitev za nastop v skoku v višino je bila sprejeta v začetku poletne sezone. Želela sem si preboja v finale, kar sem tudi dosegla. Konkurenca je bila zelo močna in izenačena, veliko jih je nastopilo tudi na Ol v Riu.«

V disciplini 400 metrov ovire pa smo na prvenstvu imeli kar dve predstavnici. Najprej je v drugi kvalifikacijski skupini nastopila Agata Zupin, letošnja slovenska prvakinja in pokalna zmagovalka. Agata je s časom 1:02,08 v kvalifikacijah pritekla do šestega mesta v svoji skupini in skupno osvojila 36. mesto. Še bolj se je odrezala Aneja Simončič, ki je s svojim najboljšim rezultatom sezone (1:00,03) v peti skupini pritekla na šesto mesto in le za eno mesto zgrešila preboj v nadaljevanje tekmovanja. Skupno je zasedla 23. mesto.

Agata in Aneja sta bili v letošnji sezoni tudi glavni tekmici na domačem prizorišču v članski konkurenci. Aneja je po tekmi povedala: »Telesne priprave na tekmovanje so potekale brezhibno in po načrtih, zato sem se pred tekmo počutila odlično in komaj čakala na nastop. Večja tekmovanja imam najraje zaradi samega vzdušja, pomerim se z najboljšimi atleti sveta, s katerimi se zunaj stadiona tudi spoprijateljim. Želela sem si preboja v polfinale, za kar je žal malo zmanjkalo.«



V Bydgoszczu je bila zame seveda daleč najpomembnejša tekma letos in nastopa sem se zelo veselila. Priprave na tekmo so potekale že vse leto, poleg skoka v višino pa smo se posvetili tudi mnogoboju. Odločitev za nastop v skoku v višino je bila sprejeta v začetku poletne sezone. Želela sem si preboja v finale, kar sem tudi dosegla. Konkurenca je bila zelo močna in izenačena, veliko jih je nastopilo tudi na Ol v Riu.

Lara Omerzu

Agata pa je dejala: »Nekaj treme je bilo. Letos sem popravila svoje osebne rekorde v vseh disciplinah (100, 200 in 400 m) in prvič nastopila tudi na 400 metrov z ovirami, kjer imam še veliko rezerve. Glavne cilje sezone imam tako izpolnjene.«

Po številu prijavljenih, ki je doseglo 1518 atletinj in atletov, je bilo prvenstvo v Bydgoszczu po SP leta 2012 največje tovrstno tekmovanje v zgodovini in hkrati največje atletsko tekmovanje doslej na Poljskem. Na tekmovanju so sodelovali atleti iz več kot 160 držav članic IAAF.

Vladimir Kevo, predsednik strokovnega sveta Atletske zveze Slovenije, je slovensko odpravo komentiral takole: »Veseli nas, da imamo letos v slovenski atletiki v vseh starostnih kategorijah predstavnike na najmočnejših mednarodnih tekmovanjih. Tudi v odpravi za mladinsko SP smo imeli dobre predstavnice, vendar gre na tem tekmovanju za tekmo na visoki kakovostni ravni, kjer je konkurenca že izjemna, zato smo si pred tekmovanjem zastavili cilj, da poskusimo doseči preboj katere izmed naših atletinj v nadaljnje tekmovanje, kar smo s finalom Omerzujeve tudi dosegli.«

EP MLAJŠIH MLADINCEV V TBILISIJU

Maja in Eva kroni slovenske odprave

Prvo EP za mlajše mladince, ki je potekalo od 13. do 17. julija v Tbilisiju, je potrdilo izjemno generacijo slovenskih mlajših mladincev, ne le s številčnostjo zasedbe na tekmovanju, ampak tudi s številnimi tekmovalnimi uspehi.

Zablestela je Eva Pepelnak, ki je v troskoku skočila do srebrne kolajne, njeno uvrstitev pa je v skoku v daljino ponovila Maja Bedrač. Za obe tekmovalki je Tbilisi očitno kraj srečnega imena, saj sta že lani na olimpijskem festivalu evropske mladine prav tam obe stali na zmagovalnem odru.

Bedračeva, ki je v svoji starostni kategoriji že večkrat izboljšala tudi državni rekord v skoku v daljino, je v svojem slogu v zadnji seriji skočila do drugega mesta z daljavo 6,19 metra v igri centimetrov in vetra. Članica AK Ptuj v zadnjih sezonah opozarja nase s številnimi uspehi, najbolj pa je odmeval njen uspeh na lanskem SP za mlajše mladince v kolumbijskem Caliju, kjer si je bron priborila v zadnjem poskusu. Letos je varovanka trenerja Aleša Bezjaka že večkrat izboljšala državni rekord v svoji starostni kategoriji, in sicer 24. maja na Brixia mitingu ter v pokalu Slovenije v začetku junija, kjer je z zmago postala tudi pokalna prvakinja. Svoj razkošen talent je ponovno dokazala na balkanskem prvenstvu za mlajše mladinke in mladince, ki je bilo v Kruševcu. V močni konkurenci je Maja postala balkanska prvakinja in z rezultatom 6,36 metra ponovno izboljšala svoj državni rekord.

Na prvenstvu so naši zastopniki osvojili tudi številne druge finalne uvrstitve, mnogi pa so izboljšali osebne rekorde.

Na prvenstvo je odpotovalo 15 mlajših mladincev in 22 mlajših mladink: Aljoša Skok, Gregor Grahovac, Gal Kumar, Denis Babič, Lovro Mesec Košir, Jure Grkman, Rok Markelj, Jan Vukovič, Žan Viher, Matevž Cimermančič, Rok Doberšek, Kristjan Čeh, Jurček Korpič Lesjak, Žiga Kopač, Jakob Filip Demšar, Iza Obal, Lina Čater, Tami Ščančar, Maja Bedrač, Tija Ocvirk, Klara Lukan, Nika Glojnarič, Karin Gošek, Nika Ude, Eva Pepelnak, Nika Plankar, Nastja Modic, Tjaša Križan, Zoja Šušteršič, Lara Krnc, Tjaša Železnik, Urška Vidrih, Nina Pavlič Hren, Lara Zupanc, Liza Lap, Urška Arzenšek in Neja Omanovič.

V finalu skoka s palico sta nastopila Denis Babič, ki je osvojil osmo mesto z rezultatom 4,65 metra, in Rok Doberšek, ki se je z rezultatom 4,65 metra uvrstil mesto za njim. V finalu štafet so dekleta v postavi Iza Obal, Tami Ščančar, Tjaša Železnik in Tija Ocvirk zasedla peto mesto z rezultatom 2:10,64, v finalu pa je nastopila tudi moška štafeta, vendar ostala brez rezultata.

V polfinalu teka na 200 metrov je bila Obalova deveta z osebnim rekordom 24,48, mesto za njo pa je tekmovalje končala Ščančarjeva (24,50). Glojnaričeva je bila v polfinalu teka 100 metrov z ovirami in je zasedla končno deseto mesto (13,83).

Vidrihova je bila v polfinalu teka na 400 metrov ovire in je končala na 14. mestu (63,04), v kvalifikacijah pa je Urška pritekla do svojega osebnega rekorda (61,88). V finalu meta kladiva je nastopila Lina Čater in zasedla 15. mesto (53,20). V ženskem polfinalu na 400 metrov je bila Tjaša Železnik 14. s časom 57,66, v kvalifikacijskem nastopu pa je Tjaša pritekla do osebnega rekorda (56,90); v isti disciplini je Tija Ocvirk dosegla končno 21. mesto (57,46). V moški konkurenci te discipline je bil Jure Grkman z osebnim rekordom 49,13 deseti, Gregor Grahovac pa 20. (49,74).

V ženskem metu diska je Liza Lap z daljavo 42,46 dosegla osebni rekord in se uvrstila na končno 15. mesto. V skoku s palico je Lara Zupanc skočila do osebnega rekorda in s preskočenimi 3,60 zasedla končno 14. mesto, Nastja Modic pa z enako višino 15. mesto.

Tjaša Križan je kroglo sunila 14,70 metra in bila 16., Nika Plankar pa je v skoku v višino zasedla 18. mesto (1,75 m). Na 2000 metrov zapreke je Karin Gošek pristala na končnem 16. mestu (7:00,21) Urška

Arzenšek pa je dosegla 31. izid (7:29,87). V polfinalu sprinta na 100 metrov je Ščančarjeva z osebnim rekordom zasedla končno 18. mesto (12,09), Obalova pa 20. (12,11), prav tako z osebnim rekordom.

V moškem teku na 800 metrov se je Rok Markelj uvrstil na 17. mesto (1:56,20), Jan Vukovič pa na 23. (1:57,54). S kvalifikacijskim nastopom sta EP v disciplini 110 metrov ovire končala tudi Žan Viher z osebnim rekordom (14,25) na 20. mestu in Jakob Filip Demšar, ki je končal na 30. mestu (14,80).

V disciplini 400 metrov ovire je Lovro Mesec Košir zasedel končno 21. mesto (56,80). V metu kladiva je nastopil Jurček Korpič Lesjak in zasedel 22. mesto z metom 62,75 metra. V kvalifikacijah 100 metrov za moške je Aljoša Skok zasedel končno 25. mesto (11,13), Žiga Kopač pa končno 30. mesto (11,19).

V teku na 800 metrov je Nina Pavlič Hren pritekla do 24. mesta (2:19,83), Klara Lukan je ostala brez izida. Zoja Šušteršič je nastopila v metu kopja in osvojila 25. mesto z rezultatom 33,77, Kristjan Čeh pa se je v metu diska uvrstil na 26. mesto z daljavo 47,49 metra. Matevž Cimermančič je nastopil v disciplini 2000 metrov zapreke in osvojil 29. mesto (6:28,32), na 200 metrov je bil Gal Kumar 25. (22,57), Aljoša Skok pa 27. (22,59). Nika Ude je v skoku v daljino trikrat prestopila, Lara Krnc pa je nastopila v mnogoboju in s 4689 točkami zasedla končno 27. mesto.



PREGLED JULIJ–OKTOBER 2016

50. kros občinskih reprezentanc

V Ravnah na Koroškem je 8. 10. potekalo tradicionalno tekmovanje v krosu občinskih reprezentanc, ki je letos praznovalo jubilejno, že 50. izvedbo. Skupno je zmagala ekipa Velenja (68 točk) pred predstavniki Celja (61 točk), na tretjem mestu pa so bili predstavniki Novega mesta (53 točk).

Med člani je bil najboljši Primož Kobe (Novo mesto) s časom 15:55,8, ugnal je drugouvrščenega Mateja Šturma (Slovenska Bistrica), ki je progo pretekel v času 16:10,7, in Mateja Jezo (Ptuj), ki je v cilj pritekel kot tretji s časom 16:17,4. V konkurenci članic je letošnja zmagovalka postala Kaja Rudnik (Velenje) s časom 11:58,2. Na drugo mesto je pritekla Breda Škedelj (Novo mesto) s časom 12:07,5, na tretje pa Klara Ljubi (Novo mesto) s časom 12:17,9.

Martina Ratej v novo sezono z novim trenerjem

Slovenska rekorderka v metu kopja Martina Ratej je v Celju predstavila ekipo, ki jo bo odslej namesto Andreja Hajnška kot glavni trener vodil Lovrenc Umek. Miro Kocuvan bo pomočnik trenerja, trener za hitrost bo Brane Skubic, Severin Lipovšek bo odgovoren za športno prehrano, Brane Skubic za psihično pripravo na tekmovanja, menedžer bo Alfonz Juck. Martina Ratej si želi v naslednji sezoni konstantno metati čez 62 metrov in osvajati najvišja mesta na najmočnejših atletskih mitingih, glavni cilj pa je nastop v finalu SP avgusta prihodnje leto v Londonu.

Finale za OŠ

V Velenju je 5. oktobra potekalo ekipno finalno tekmovanje v atletiki za osnovne šole za leto 2016. Med starejšimi učenci so bili letos najboljši tekmovalci OŠ Trebnje, ki so zbrali 15.602 točki. Za njih so se uvrstili starejši učenci OŠ Šentjernej (15.429 točk), tretji pa so bili predstavniki OŠ Grm (15.277 točk). Najboljše starejše učenke so bile predstavnice OŠ Sava Kladnika iz Sevnice, ki so zbrale 15.023 točk. Druge so bile tekmovalke OŠ Preska (14.859 točk), tretje pa predstavnice OŠ Grm (14.841 točk).

Srednješolsko prvenstvo

V Ljubljani je 6. oktobra potekalo finalno ekipno tekmovanje za srednje šole. Za naslov najboljših se je približno 400 dijakin in dijakov z več kot 20 šol pomerilo na podlagi sedmih področnih ekipnih tekmovanj, ki so potekala po različnih lokacijah po Sloveniji med 19. in 29. septembrom.

Tekmovanje je izvedla Gimnazija Šiška iz Ljubljane, katere predstavniki so na tekmovanju močno zmagali tako med dijakinjami kot med dijaki. Gimnazijci iz Šiške so zbrali 10.079 točk, za njih pa so se uvrstili dijaki I. Gimnazije v Celju (9618 točk) in Šolskega Centra Novo mesto (9153 točk).

Najboljše dijakinje z Gimnazije Šiška so zmagale s 9908 točkami. Druge so bile predstavnice I.



Gimnazije v Celju (9741 točk), tretje pa dijakinje Gimnazije Šentvid (9728) točk.

37. tek na Šmarno goro

Zmagala sta favorita Eritrejec Petro Mamu in Avstrijka Andrea Mayr. Najboljši slovenski predstavnik je bil Peter Lamovec na sedmem mestu, med ženskimi slovenskimi predstavnicami pa se je najbolje odrezala Karmen Klančnik, ki je stopila na tretjo stopničko. Na organizacijsko zelo dobri prireditvi, ki sta ji letos pomagala tudi dobro vreme in izjemna konkurenca, je Petro Mamu rekord proge zgrešil le za tri sekunde. Tekmovanja se je udeležilo skoraj dvesto tekačev iz enajstih držav.

Drugo mesto na tekmi, ki je štela tudi za finale svetovnega pokala v gorskih tekih, je osvojil mladinski svetovni podprvak, Victor Kiplangat iz Ugande, ki je nekaj časa celo vodil, na koncu pa za zmagovalcem dočkal 50 sekund. Tretji je bil Britanec Andrew Douglas. Najboljši Slovenec v izjemni mednarodni konkurenci je bil Peter Lamovec, ki je za zmagovalcem zaostal dobre tri minute. V ženski konkurenci je pričakovano zmagala favoritinja Avstrijka Andrea Mayr kljub grdemu padcu na progi, uvrstila se je pred Italijanko Alice Gaggi, ki je bila druga že lani. Mayrjeva, ki je zmagala že leta 2014, je za deseterkilometrsko progo s 710 metri vzponov in 350 metri spustov porabila 48 minut in 42 sekund. Karmen Klančnik je bila med dekleti tretja.

Najboljša mnogobojca

Nova Gorica je prvi oktobrski vikend gostila pokal Slovenije v mnogobojih. Najboljši slovenski mnogobojec je ponovno postal Urban Čehovin, v zadnjih letih najboljši slovenski deseterbojec, ki je zbral 6894 točk, pred Mitjo Lindičem (5665

točk) in Aljažem Brlekom (4981 točk). V ženski konkurenci je zmagala Staša Trajkovič (4302 točki) pred Veroniko Podlesnik (4168 točk) in Brino Mljač (3637 točk).

Ekipno zmago so v moški konkurenci dosegli atleti AK Gorica pred AK Ptuj in AK Krka Novo mesto, v ženski konkurenci pa atletinje AK Radovljica pred AK Gorica ter predstavnicami AD Slovenska Bistrica, katerega članice so slavile v kategoriji članic.

Peteroboju pionirskih reprezentanc

V slovaškem mestu Trnava je v soboto, 24. septembra, potekal tradicionalni peteroboj reprezentanc atletskih pionirk in pionirjev starostne kategorije do 16 let.

Na tekmi so sodelovale reprezentance Češke, Hrvaške, Madžarske, Slovenije in Slovaške. Mitja Kordež v teku na 100 metrov (11,09) in Viktorija Stojkovič Gabrijel v metu diska (36,36) sta bila najuspešnejša slovenska tekmovalca. Oba sta se povzpela na najvišjo zmagovalno stopničko. Z novim osebnim rekordom je drugo mesto osvojila Nina Pavlek v skoku ob palici (3,40). Tretje mesto sta si priborili Zala Istenič v teku na 300 metrov (40,41) in Leja Glojnarich v skoku v višino (1,68). Srebrne medalje so prejeli člani štafeta 4 x 100 metrov, tako fantje v postavi Jure Šterman, Tadej Tinta, Gašper Plevčak, Mitja Kordež (43,88) kot tudi dekleta Monika Črček, Tara Keber, Neža Škerl, Zala Istenič (48,80). Bronasto medaljo si je pritekla tudi mešana štafeta 4 x 300 metrov v postavi Žan Žorž, Staška Bizjak Udvarc, David Jakše, Nea Meh (2:39,22). Filip Križnik (ŠTA) je v hoji na 3000 metrov popravil svoj osebni in državni rekord na 15:29,91. Na cilj je prihodil kot peti.

Rekord v hoji

Atletski klub Koper je izvedel ekipno DP Slovenije za pionirke in pionirje starostne kategorije U-14 in U-12. Dosežen je bil tudi državni rekord, in sicer ga je v starostni kategoriji do 14 let v hoji na 2000 metrov postavil Jon Lazar, ki je razdaljo prehodil v času 12:40,04.

Mlade atletinje Massa zmagale

Atletinje ljubljanskega Massa so zmagale na mladinskem ekipnem evropskem pokalu v skupini B, ki je prejšnji vikend potekal v Leiri na Portugalskem. Zbrale so 98 točk in prehitele Latvijke (86) in Finke (86). Mladinci Massa so bili tretji (112), pred njimi so bili Nizozemci (131) in Danci (128,5).

AD Mass ekipni prvak

Ljubljanski Mass je po pričakovanju zmagal v moški in ženski konkurenci dvodnevne ekipne DP v Novem mestu. Najboljši izid drugega dne je postavila slovenska rekorderka v skoku s palico Tina Šutej, ki je v drugem poskusu preskočila 4,50 metra. Maja Mihalinec je po sobotni zmagi na 100 metrov, ko je izenačila osebni rekord in postavila rekord stadiona, drugi dan DP prepričljivo zmagala na še enkrat daljši razdalji in s 23,39 sekunde končala letošnjo sezono. Tako kot v soboto na 100 metrov je tudi na 200 metrov med atleti Luka Janežič z 21,04

ugnal Jana Žumra, ki je tekel 21,64. Martina Ratej je v metu kopja slavila z 59,15 metra.

Najboljši mladinski ekipi AD Mass

Za naslov najboljših se je med mladinci na ekipnem DP borilo 27 klubov, med mladinkami pa 25 klubov. Skupno je na tekmovanju, ki je zaokrožilo številne aktivnosti v okviru Tedna atletike, nastopilo več kot 400 mladih atletov, tako med mladinci kot med mladinkami sta zmagali ekipi ljubljanskega Massa.

Četverboja reprezentanc U-23

Na stadionu Poljane je potekal četverboj reprezentanc mlajših članov (Češka, Madžarska, Poljska, Slovenija), najbolj množično reprezentančno tekmovanje v Sloveniji v letu 2016, ki se ga je udeležilo več kot tristo mladih atletov. Slovenski tekmovalci so v obeh konkurencah zasedli četrto mesto, doseženih pa je bilo več posamičnih uvrstitev med prve tri. Zmagali so Neja Filipič v skoku v daljino (6.20 m), Jan Luxa v troskoku (15,58) in Saša Babšek v troskoku (13,01). Blaž Zupančič je v suvanju krogle z rezultatom 17,46 stopil na drugo stopničko, med moškimi sta bila druga tudi Janez Jakob Vodeb (22,11) na 200 ter v moškem sprintu na 100 metrov Enej Leban z rezultatom 10:95. Mesto za njim se je uvrstil Jan Kramberger z izidom 11:05. Tretji so bili tudi Vika Rutar na 400

metrov ovire (1:02,19), na 200 metrov ženske Anita Horvat (24,68), Veronika Domjan v metu diska (55,82 m), Ambrož Tičar v skoku s palico (5,00), moška štafeta 4 x 100 (Ahac Moretti, Jan Kramberger, Nino Celec in Enej Leban, čas 41,55) ter ženska štafeta 4 x 400 (Anja Benko, Ajda Lenardič, Vika Rutar in Anita Horvat, čas 3:51,10).

DP za mlajše člane ter za starejše mladince

V Novi Gorici sta potekali osrednji domači tekmovanji v kategoriji mlajših članov (U-23) in starejših mladincev. Tekmovanj se je udeležilo nad 300 mladih slovenskih atletov. Dosežena sta bila tudi nova slovenska rekorda. V kategoriji mlajših članov so klubski rekord postavili sprinterji AD MASS (4 x 100 m) v postavi Žiga Bizjak, Enej Vrhunec, Janez Vodeb in Jan Kramberger, mladi Kristjan Čeh (Ptuj) pa je v metu diska (1,75 kilograma) postavil nov rekord med mlajšimi mladinci, ki zdaj znaša 53,24 metra.

Šesterboj veteranskih reprezentanc

V Čejkovicah na Češkem je potekal šesterboj veteranskih reprezentanc Avstrije, Češke, Madžarske, Švice, Hrvaške in Slovenije. Udeležilo se ga je 30-člansko slovensko zastopstvo, ki je tako v moški kot tudi ženski konkurenci in tudi ekipno zasedlo četrto mesto.



Web.Athletics

Zasnovan in razvit za športne zveze in društva

Spletna aplikacija **Web.Athletics** svojim uporabnikom ponuja centraliziran pregled vseh področij poslovanja, ki se navezujejo na šport.

Vsem udeležencem (športni zvezi, društvu, članom) nudi hitrejšo in učinkovitejšo komunikacijo. Namenjena je organizaciji in izvedbi tekmovanj, ažurni administraciji društev in članstev, podrobni statistiki (uvrstitve, rezultati,...). Gre za storitev oblaku, uporablja se lahko tudi na tablicah in pametnih telefonih.

Aplikacija **Web.Athletics** zadovolji potrebe naslednjih skupin uporabnikov:

Športna zveza:

- nadzorna plošča
- administracija društev in članov
- pošiljanje obvestil (društvom, članom)
- odobritve in podaljševanje licenc
- upravljanje tekmovanj
- vnos rezultatov za posamezno tekmovanje
- administracija uporabnikov sistema

Društvo:

- nadzorna plošča
- administracija društva
- administracija članov društva
- pregled omejitev
- prijava tekmovalcev na tekmovanje
- pregled rezultatov

Člani društva:

- osebna nadzorna plošča
- pregled svojih podatkov



Imagine d.o.o. računalniški inženiring
Gospodarska cesta 84, 2000 Maribor

prodaja@imagine.si
Tel.: + 386 2 320 60 60
GSM: + 386 40 661 900

www.imagine.si

DENIS BABIČ

Pri nogometu sem bil najhitrejši

Denis Babič, mlad skakalec s palico s Polzele, je letos prepričljivo najboljši slovenski tekmovalac te discipline v svoji starostni kategoriji.

Postal je zmagovalac tako prvenstva Slovenije za mlajše mladince in mladince, na katerem je s preskočeno višino 4,40 metra kar za 40 centimetrov premagal drugouvrščenega tekmovalca, kot tudi pokala Slovenije v tej kategoriji, v katerem je z rezultatom 4,30 metra prav tako zmagal. Član AK Klavdivar je uspešno nastopil tudi na svoji najpomembnejši tekmi sezone – evropskem prvenstvu za mlajše mladince v Gruziji, kjer je v kvalifikacijah mejo svojega osebnega rekorda najprej prestavil na višino 4,70 metra ter se uvrstil v finale tekmovalca, v katerem je zasedel osmo mesto z rezultatom 4,65 metra.

V Gruziji ste popravili osebni rekord in dosegli najboljšo slovensko uvrstitev med fanti. Ste za letošnjo sezono dosegli svoj maksimum ali ste imeli še rezerve?

Zdi se mi, da letos nisem dosegel svojega maksimuma in da imam še rezerve. Vmes sta mi načrte prekrizali poškodba gležnja ter hrbta. Zato tudi nisem uspel narediti vseh treningov, ki jih je imel v načrtu trener.

Disciplina skoka s palico je v Celju izjemno uspešna. Iz istega kluba prihaja tudi Robert Renner, ki ima v tej disciplini v lasti tudi državne rekorde v vseh starostnih kategorijah. Z Robertom si delita tudi istega trenerja. Gledate nanj kot na svojega vzornika ali kot na prijatelja oziroma kako bi ocenili njegov vpliv na svojo športno pot?

Z Robertom sva vsekakor dobra prijatelja. Tako izjemen športnik, kot je on, bi bil lahko vzor vsakomur. Njegov vpliv na moje uspehe je zelo velik. Še vedno si želim, da bi mi uspelo biti tako uspešen, kot je on.

Še lani ste na pionirskem dvoranskem državnem prvenstvu osvojili naslov dvakratnega državnega prvaka v skoku v daljino in skoku s palico. Letos največje uspehe dosegate v zadnji disciplini. Kaj je imelo odločilen vpliv pri izbiri za to disciplino?

Odločilna je bila poškodba gležnja na odrivni nogi. Skoka v daljino pa pravzaprav nisem niti nikoli resneje treniral. Skakal sem zato, ker mi je šlo kar dobro, zato sem se preizkusil tudi v tekmovalstvu te discipline.

Kaj vas najbolj motivira pred nastopom in na tekmah?

Najbolj me motivira to, da se bo ves trud, ki sem ga vložil na treningih, poplačal. Rad bi, da bo name



ponosna moja družina, predvsem babica, ki me je že od samega začetka podpirala ter verjela vame.

S skoraj 40-člansko ekipo na evropskem prvenstvu ste mlajši mladinci dokazali, da imamo široko atletsko zaledje. Kakšno je bilo vzdušje v ekipi?

V ekipi je bilo sproščeno vzdušje. Sklenili smo veliko novih prijateljstev, se veliko nasmejali in se na tekmovalstvu podpirali.

Se čez deset let še vidite v atletiki? Kakšne cilje ste si postavili?

Za zdaj nameravam ostati v atletiki, ampak bomo videli, kaj bo prineslo življenje. Za prihodnjo sezono sem si postavil cilj, da pridem v finale na svetovnem prvenstvu. Dolgoročno pa imam želje, da pridem na olimpijske igre, kot vsak drug športnik.

Kdo vas je navdušil za atletiko in kdaj ste začeli resneje trenirati?

Za atletiko sem se bolj kot ne navdušil sam. V začetku sem igral nogomet, pri katerem sem bil daleč najhitrejši v ekipi. Zato sem začel razmišljati o atletski poti. Resneje pa sem začel trenirati, ko sem od tekov, treniral sem 200 metrov, prešel na skok s palico.

Se spominjate prve tekme?

Da, spominjam se. Začel sem trenirati teke in po 14 dneh sem že imel prvo tekmo na Ptuj. Bil sem

nervozen, ker je bilo to prvič, zato nisem vedel, kaj pričakovati. Na koncu se je vse lepo izteklo, saj smo s klubskimi kolegi postavili državni rekord v štafeti (4 x 200 m).

Kakšen je Denis zunaj atletskih prizorišč?

Kaj pa vem, rekel bi, da sem preprost, se rad družim s prijatelji in se zabavam.

Po koncu tekme analizirate vse svoje skoke in tekmo ali jo raje pozabite in se posvetite pripravam na novo?

Po tekmi ne analizam ničesar, ker to narediva s trenerjem med tekmo, ko mi tudi pove, kaj popraviti. Tekmo raje pozabim in se posvetim pripravam na naslednjo.

Ste spremljali olimpijske igre in za koga ste še posebej stiskali pesti?

Najbolj sem navijal za naša predstavnika v skoku s palico, Roberta Rennerja ter za Tino Šutej.

Kdo je za vas najbolj vpliven slovenski atlet v zgodovini in zakaj?

Primož Kozmus, predvsem zaradi dveh kolajn na olimpijskih igrah.

Kako bi opisali vlogo trenerja in kluba na svoji atletski poti?

Vloga kluba je pomembna, vendar ne v taki meri kot trenerjeva. Trener je eden izmed ključnih dejavnikov, da dosegam takšne rezultate.

EVA PEPELNAK

Z vlakom v šolo in na trening

Eva je ena tistih mladih atletinj, ki so v zadnjih dveh sezonah v številčni generaciji nadarjenih slovenskih mladincev še posebej izstopale.

Na letošnjem prvem EP za mlajše mladince je zablestela v troskoku in skočila do srebra. Za Evo je Tbilisi očitno srečno mesto, saj je že lani na olimpijskem festivalu evropske mladine v troskoku osvojila bron. V Kladvarju jo trenira Hrvoje Fižuleto.

Tudi rekord mlajših mladink se ne zdi več tako oddaljen. Se vam zdi dosegljiv?

Res je, rekord ni več tako zelo oddaljen in je realno dosegljiv. Ampak tukaj je veliko dejavnikov, ki lahko ta rezultat oddaljijo, kot so vremenske razmere, dnevno razpoloženje, motivacija. Ker pa vsako leto lepo napredujem, menim, da sem sposobna nadgraditi svoj rezultat in se s tem mogoče tudi približati rekordu mlajših mladink ali ga preseči.

Slovensko atletsko zgodovino so zaznamovali številni uspehi ženskega troskoka. Tu so Marija Šestak, Anja Valant, Snežana Vukmirovič, prihajajo Saša Babšek, Petra Koren ... Je katera izmed njih še posebej zaznamovala vašo športno pot?

Prvič sem se s to disciplino srečala zaradi potreb kluba na ekipnih prvenstvih. Za EYOF, na katerem je bil mogoč nastop le ene atletinje na disciplino, v moji takratni prvi disciplini skoku v daljino nisem imela realnih možnosti, saj je v njej tekmovala izjemna Maja Bedrač. Zato sva potem s trenerjem namenila večji poudarek troskoku, v katerem je bistvenega pomena tehnika. Imela sem veliko srečo, da sem se je kar hitro naučila in dosegla normo. Seveda pa je super, da so odlične slovenske troskokašice dosegale in še dosegajo rezultate, ki nekaj pomenijo tudi zunaj države, saj ti to da zagon in upanje, da boš mogoče nekdanj tudi ti na njihovem mestu.

Imate kakšno najljubšo sotekmovalko na slovenskih tekmovališčih oziroma proti kateri tekmovalki najraje tekmuje?

Trenutno niti ne, je pa letos v moji starostni kategoriji naredila velik napredek Neja Omanovič, ki je tudi izpolnila normo v troskoku za mlajše mladinsko EP. Članice pa dosegajo rezultate, ki so zame trenutno nedosegljivi.

Tudi v troskoku je menjava generacij. S skoraj 40-člansko ekipo na EP ste mlajši mladinci dokazali, da imamo široko atletsko zaledje. Kakšno je bilo vzdušje v ekipi?

Vzdušje v ekipi je bilo izjemno, saj smo spodbujali drug drugega in nikoli ni bilo dolgčas.

Nimate težav z nastopi na velikih tekmah. Se vam zdi, da ste rojena zmagovalka ali na večjih tekmah vendarle občutite večji pritisk in več treme?

Res je, z nastopi na velikih tekmah nimam večjih težav, saj mi dajo večjo motivacijo in željo

po dobrem nastopu. Zato dam po navadi na njih svoj maksimum, kar je bilo do zdaj dovolj za medaljo.

Ste v Gruzijo že šli z mislijo na kolajno? Pred zadnjim skokom ste bili na četrtem mestu, nato pa kolajna.

V letošnji dvoranski sezoni sem imela težave, zato sploh nisem bila sposobna skakati troskoka. Bila sem tudi zaskrbljena, saj so težave trajale zelo dolgo. Po prvi tekmi na prostem se mi je odvalil kamen od srca, saj so težave izginile in skakala sem odlično. Moj rezultat je bil med boljšimi v Evropi, kar mi je seveda dalo še večjo motivacijo in željo po dobrem nastopu. V Gruziji sem bila v prvih skokih nekoliko neodločna. Potem sem se uspela zbrati in moji skoki so bili boljši. Kot vedno pa sem imela težave z zaletom, zato sem izgubila kar nekaj dragocenih centimetrov. Pred zadnjim skokom sem bila četrta in ni mi preostalo nič drugega, kot da grem na vse ali nič. Zbrala sem se in imela športno srečo, saj sem na odzivno desko prišla točno in naredila skok, kakršnega sem sposobna. Uspelo mi je in bila sem presrečna.

Kot mlada tekmovalka ste zgodaj začeli osvajati kolajne na največjih tekmah. Se čez deset let še vidite v atletiki? Kakšne cilje ste si postavili?

To je odlična motivacija za naprej, saj hočem biti boljša in skočiti, kot sem sposobna v danem trenutku. Seveda si želim uspeti v atletiki, ampak tukaj je ogromno dejavnikov, ki lahko povsem spremenijo tvoje cilje in sanje. Moj sedanji cilj

je, da 13 metrov postane stalnica in da vsako leto napredujem. Moje tihe sanje pa so seveda olimpijske igre, ki so cilj verjetno vsakega športnika.

Kdo vas je navdušil za atletiko in kdaj ste začeli resneje trenirati?

Za atletiko so me navdušili starši, ki se tudi z veseljem ukvarjajo s športom. Resneje pa sem začela trenirati to sezono, po uspehu na olimpijskem festivalu evropske mladine.

Se spominjate prve tekme?

Moja prva tekmovanja so bili dvoranski mnogobojski v prvi triadi osnovne šole in različni vaški teki.

Kakšna je Eva zunaj atletskih prizorišč? Slovite po močni volji in disciplini?

Zunaj atletskih prizorišč imam prav tako cilje, ki si jih postavim realno in jih po navadi izpolnim.

Po koncu tekme analizirate vse svoje skoke in tekmo ali jo raje pozabite in se posvetite pripravam na novo?

S trenerjem po vsaki tekmi pregledava posnetke skokov in izpostaviva napake, ki jih nato skušava odpraviti.

Kako je videti vaš dan?

Moj dan je zelo natrpan, ker ne živim v bližini stadiona in šole. Tako se začne že zgodaj zjutraj z vožnjo z vlakom v šolo. Po šoli grem na trening, nato pa spet proti železniški postaji in z vlakom domov, kjer me čakajo še šolske obveznosti.



GORSKI TEK

Nova uspešna sezona

Slovenski gorski tekači so tudi v sezoni 2016 nadaljevali tradicijo uspešnih slovenskih nastopov na najvišji svetovni ravni.

Po dosežkih sta izstopala predvsem Lucija Krkoč in Mitja Kosovelj, ki sta na svetovnem prvenstvu v gorskem maratonu v Podbrdu 18. junija osvojila bronasti medalji. Na istem prvenstvu so se Slovenci izkazali tudi ekipno. V moški konkurenci so zasedli četrto mesto za predstavniki Italije, Velike Britanije in Nemčije, slovenska ženska ekipa pa se je uvrstila neposredno za zmagovalke iz Velike Britanije. To je največji skupni uspeh slovenskih ekip na tovrstnem prvenstvu in s tega vidika najboljša tekma doslej. Mitja Kosovelj je leta 2011 na isti progi postal svetovni prvak in tudi tokrat je nekaj časa vodil, vendar sta ga italijanska tekmečka na vzponu na Porezen in na zadnjem spustu ugnala. Nekaj časa je vodila tudi Krkočeva, nato pa zaostala za Annie Conway in Antonello Confortolo Wyatt, ki je bila na olimpijskih igrah v Torinu leta 2006 tretja v teku na smučeh.

Tudi zaključek sezone gorskih tekov je bil slovensko obarvan. Finalna tekma svetovnega in hkrati slovenskega pokala v gorskih tekih je namreč potekala s 37. Tekom na Šmarno goro. Zmagala sta favorita Eritrejec Petro Mamu in Avstrijka Andrea Mayr. Najboljši slovenski predstavnik je bil Peter Lamovec na sedmem mestu, med ženskimi slovenskimi predstavnicami pa se je najbolje odrezala Karmen Klančnik, ki je stopila na tretjo stopničko pred Manco Slabanja, Jasmino Jelovčan in Ano Čufer. Tekmovanja se je udeležilo skoraj dvesto tekačev iz enajstih držav, med udeleženci pa so bili tudi afriški tekači iz Eritreje, Ugande in Kenije.

Vrhunec sezone je bilo sicer 32. svetovno prvenstvo v gorskih tekih, ki je 11. septembra 2016 potekalo v Bolgariji. Od naših smo največ pričakovali od izkušenih članov, ki niso razočarali. Najbolj je presenetil Miran Cvet (26. mesto), ki je kljub zrelem letom dokazal, da domače zmage niso naključne. Prvo četrtno je za rep ujel še izkušeni in preudarni Peter Lamovec (36. mesto), prvo polovico pa Gašperregar in debitant Timotej Bečan. Ekipno osmo mesto članov med 22 polnimi ekipami je eden boljših ekipnih dosežkov na svetovnih prvenstvih. Ostali so nastopili v mejah pričakovanega.

Letos je v Italiji potekalo tudi 15. evropsko prvenstvo v gorskih tekih, kjer so se pomerili tekači iz 26 držav. Rezultati naših gorskih tekačev so bili v mejah pričakovanega. Po nastopu na SP v gorskem maratonu je Gašperregar (34. mesto) uspel solidno obnoviti moči in z uvrstitvijo na rep prve polovice izpolnil pričakovanja. Vsi ostali so se uvrstili okoli tretje četrtine, kar za to ekipo prav tako ne moremo šteti za neuspeh. Na prvenstvu smo se Slovenci predstavili kot gostitelji naslednjega evropskega prvenstva – 8. julija 2017 se bodo najboljši gorski



Uspehi naših gorskih tekačev vsako leto potrjujejo razmah ter bogat talent slovenske atletike. Ne le da so naši gorski tekači v samem svetovnem vrhu v rezultatskem smislu, vrhunskost dopolnjujejo tudi slovenski klubi gorskih tekačev, ki vsako leto poskrbijo za organizacijo tekem v gorskih tekih na najvišji evropski in svetovni ravni. Vsem skupaj ob tej priložnosti iskreno čestitam.

Roman Dobnikar, predsednik AZS

tekači Evrope zbrali na Veliki planini. V konkurenci mlajših mladincev je na največji tekmi sezone v tej kategoriji – na 11. svetovnem pokalu v gorskih tekih za mlade (16–17 let) sodelovalo rekordnih 16 držav. Naši so nastopili v mejah pričakovanega. Borili so se po svojih najboljših močeh, najbližje želeni uvrstitvi v prvo polovico sta bila Tine Habjan (43. mesto) in Maja Kerštajn (40. mesto).

Roman Dobnikar, predsednik AZS: »Uspehi naših gorskih tekačev vsako leto potrjujejo razmah ter bogat talent slovenske atletike. Ne le da so naši gorski tekači v samem svetovnem vrhu v rezultatskem smislu, vrhunskost dopolnjujejo tudi slovenski klubi gorskih tekačev, ki vsako leto poskrbijo za organizacijo tekem v gorskih tekih na najvišji evropski in svetovni ravni. Vsem skupaj ob tej priložnosti iskreno čestitam. Posebej smo ponosni, da bo Velika Planina prihodnje leto gostila EP v gorskih tekih, kar bo nov organizacijski zalogaj, hkrati pa nova izjemna priložnost za promocijo tega dela atletike pri nas in širše, česar se zelo veselimo. Dobro se zavedam pomena diverzifikacije atletike z vsebinami in področji, ki privlačijo gledalce in tekmovalce. Zato zelo podpiram razvoj gorskih tekov, maratonov, cestnih in mestnih tekov. Rekreativna je široka baza, iz katere se bo lahko atletika polnila, in tako bomo pridobili tudi vedno več tekmovalcev za stadionsko kraljico – atletiko.«

Ponosni sponzor Atletske zveze Slovenije



VELIKO PRAVE **ENERGIJE ZA** NOVE ŠPORTNE **USPEHE!**

www.gen-energija.si

AD KRONOS

Začetki Atletskega društva Kronos segajo v leto 1999, ko so se nekateri že uveljavljeni trenerji skupaj s svojimi atleti odločili za svojo pot. Ideja o novem društvu je nastala v glavi našega še vedno aktualnega predsednika Nika Muhiča. V tedanjih dveh ljubljanskih klubih nekateri člani niso več videli možnosti razvoja, zato so se odločili, da se pridružijo ideji in pomagajo ustanoviti novo društvo. Ime smo našli v grški mitologiji, saj je Kronos grški bog časa. Hrib z enakim imenom pa se dviga nad prizoriščem iger v antični Grčiji v Olimpiji.

V Kronos so prišli številni atleti in atletinje iz ostalih dveh ljubljanskih klubov, hkrati pa so z zagonom pionirske šole pritegnili veliko novih mladih talentov. V prvih letih obstoja sta najboljše rezultate v Kronosovem dresu dosegla Peter Zupanc in Saša Prokofjev. Peter je bil prvi in za zdaj naš edini atlet, ki je nastopil na OL, in sicer leta 2004 v Atenah. Nastopil je v metu kopja, kjer je z rezultatom 77,34 osvojil 22. mesto. Saša Prokofjev je največji uspeh dosegla na dvoranskem EP 2002, kjer se je prebila v finale teka na 60 metrov, tam pa osvojila osmo mesto. Poleg njiju so barve Kronosa zastopali še vsestranska Iztok Hodnik in Luka Križaj, odlična tekačica prek ovir Maja Gorjup, Lea Cimperman ter mladi talentirani sprinterji: Jaka Jerančič, Sašo Petelin, Tilen Suhadolnik, Gregor Japelj, Janja Prelovšek, Sara Orešnik ... Pozneje sta največji talent pokazali Anja Puc in Eva Trošt. Obe sta lastnici številnih državnih rekordov v mlajših kategorijah. Anja se je v času študija v ZDA iz sprinterke prelevila v odlično tekačico na srednjih progah, potem pa zaradi poškodbe žal prezgodaj zaključila kariero. Leta 2010 je nastopila na evropskem prvenstvu s štafeto 4 x 400 metrov. Istega leta je v moški štafeti 4 x 400 metrov na EP nastopil tudi Marko Macuh. Poleg njiju je v maratonu nastopil tudi Robert Kotnik, ki pri svojih 41 letih še vedno velja za enega od najboljših maratoncev v Sloveniji.

V zadnjih letih je največ uspehov s svojimi atleti dosegla trenerka Saša Maraž. Saša je zaslužna za številne nastope mladih atletov na velikih mednarodnih tekmovanjih in za večino državnih rekordov v mlajših kategorijah. Poleg že prej omenjenih Anje Puc in Eve Trošt je bil med moškimi najuspešnejši mladinec Mitja Lindič. Njegov največji uspeh je zagotovo uvrstitev v finale teka na 400 metrov z ovirami na mladinskem SP. V letošnji sezoni sta za veselje poskrbeli še dve Sašini atletinji, Neja Filipič in Petra Koren, ki sta nastopili na EP v Amsterdamu. Obe mladi atletinji sta letos naredili ogromen kvaliteten preskok. Neja Filipič je trenutno s 651 centimetri najboljša slovenska skakalka v daljino. Letos se je udeležila tudi sredozemskih iger za mlajše člane, kjer je osvojila srebrno odličje. Petra Koren je v eni od



Za njihovimi uspehi stojijo trenerji, ki že leta skrbijo za razvoj mladih atletov. Poleg prej omenjenih Saše Maraž in predsednika Nika Muhiča so tu še Bojana Vojska Muhič, Heidi Lukašev, Luka Drašler, Živa Cesar, Alenka Zavadlav, Maja Stropnik in Gregor Japelj.

najmočnejših slovenskih disciplin, troskoku, s 13,82 metra letos osvojila naslov državne prvakinja in se bo že v prihodnji sezoni spogledovala z magično mejo 14 metrov.

Atletsko društvo Kronos se ponša z eno od najboljših atletskih šol v Sloveniji, kar dokazujejo tako posamični kot tudi ekipni rezultati v mlajših kategorijah. Letos so tako pionirke U-16 kot tudi mlajše mladinke ubranile naslove ekipnih oziroma pokalnih državnih prvakinj. Mladinke so osemkrat zapored postale ekipne državne prvakine in uspešno zastopale Slovenijo na ekipnem evropskem pokalu, kjer so se dvakrat uvrstile v prvo ligo. Tekmovalci, za katere računajo, da se bodo razvili v odlične atlete, so zagotovo udeleženci letošnjega EP za mlajše mladince Nika Ude in Tjaša Železnik, odlični v teku čez ovire Kaja Škerlj in Julija Praprotnik, metalka diska Živa Gornik, v teku na dolge proge Laura Guzelj Blatnik, v teku čez ovire Sandi Omeradžič, skakalec v višino Juš Smole ... Prihaja pa tudi že nov rod mladih uspešnih pionirk na čelu s Taro Keber, Tajo Mužič, Niniko Kadunc, Viktorijo Stojkovič Gabrijel in vrsto drugih zagnanih mladih talentov.

AD ŠTAJERSKA

Začetki ustanovitve Atletskega društva Štajerska Maribor segajo v leto 2008, ko so se po kratkih, a konstruktivnih pogovorih vodilni člani več atletskih organizacij iz Maribora in okolice odločili ustanoviti novo, povezano in združeno atletsko društvo, ki si bo prizadevalo postati vodilno na svojem področju v širši regiji.

Združeno društvo je z jasno vizijo in načrtanim ambicioznim programom dela stopilo na pot dela v atletiki, ki bo temeljilo na razširitvi dela v selekcijskem procesu in delu z mladimi ter na razvijanju in zagotavljanju pogojev za kakovostne in vrhunske atlete.

Atletsko društvo Štajerska Maribor postaja eden od najmočnejših atletskih kolektivov v Sloveniji. Zasluga gre predvsem odločitvi številnih mariborskih atletskih delavcev, da se združijo v eno, rezultati njihovega delovanja pa so vidni in spodbudni.

Letos je imelo društvo na OI v Riu kar dve svoji predstavnici. Za Sabino Veit so bile po Pekingu to že druge OI, Slovenijo je zastopala v teku na 200 metrov. Med njene največje uspehe spadajo tudi srebrna kolajna na sredozemskih igrah, bron na univerzijadi in nastop v polfinalu EP. Maratonka Daneja Grandovec je izkušnja OI doživela prvič. V svoji bogati karieri pa je že nastopila na SP v Moskvi in EP v Barceloni. Njena največja uspeha sta šesti mesti na EP za mlajše člane in na SP v gorskih tekih.

Sonja Roman, dobitnica srebrne kolajne z dvoranskega EP in udeleženka OI v Pekingu in Londonu, je bila tri leta zapored izbrana za najboljšo športnico Maribora.

Dorotea Rebernik je bila za odlično sedmo mesto na mlajšem mladinskem EP izbrana za najperspektivnejšo športnico Maribora. Kot edina Mariborčanka je tudi dvakratna zmagovalka mednarodnih iger šolarjev v teku na 800 metrov.

Liona Rebernik je bila finalistka evropskega olimpijskega festivala mladih, udeleženka mladinskih SP in EP ter polfinalistka zadnjih dveh univerzijad.

V društvu imajo še več mladih talentiranih atletov, izmed katerih izstopa tudi Mateja Pokrič, ki je na svoji kratki tekmovalni poti dosegla že štiri državne rekorde ter nastopila na EP v krosu in poletni univerzijadi, na kateri se je uvrstila v polfinale. Tekoč na srednje proge Tilen Šimenko Lalič je eden najperspektivnejših atletov v Sloveniji, pohvali se lahko z nastopom na mlajšem mladinskem SP. Mlada Nika Bezjak se ponaša z zmago na mednarodnih igrah šolarjev. Na zadnjem EP v krosu je barve Slovenije in društva v kategoriji mladink zastopala Eva Skaza.

V društvu trenirajo tudi številni veterani. Med njimi izstopata najuspešnejša veterana Slovenije v zadnjih letih, Božo Himelrajh in Helena Javornik.

Božo je v zadnjih letih postavil nemalo državnih rekordov v kratkih tekih in skokih. Pohvali se lahko tudi s kolajnami na veteranskih SP in EP. Helena je še vedno slovenska rekorderka v vseh dolgih tekih od 3000 metrov do maratona. Pohvali se lahko z zelo uspešno kariero, v kateri je na OI v Atenah osvojila odlično 10. mesto na 10.000 metrov in prvo mesto na EP v krosu. Ob njej na različnih veteranskih tekmovanjih nastopajo tudi tekači na dolge proge, ki redno osvajajo kolajne.

V društvu dajejo poseben poudarek vadbi otrok v njihovi športni šoli. V njej so v vadbeni proces vključeni otroci od vrtca do konca osnovne šole. V osnovnem programu je vadba široka, otroci spoznavajo osnovne atletske discipline, razvijajo temeljne motorične sposobnosti, naučijo se obvladati žogo, veliko je aktivnosti v naravi. Skratka, vadba je široka in vsestranska, pri tem pa je pomembno, da temelji na igri, ki je blizu otrokovemu telesnemu in duševnemu razvoju. V programu selekcijske atletike potekajo akcije za odkrivanje nadarjenih mladih športnikov. Njihovo znanje in strokovnost so prepoznali tudi na Mestni občini Maribor, ki jih je kot edino mariborsko atletsko organizacijo uvrstila v selekcijski program. Trenutno ima društvo pod okriljem v športni šoli in krožkih na osnovnih šolah več kot 200 otrok.

Njihovi atleti so redno tudi člani občinske reprezentance, ki jo zastopajo na različnih tekmovanjih. Tako mesto Maribor zastopajo na mednarodnih igrah šolarjev, slovenskih igrah šolarjev, krosu občinskih reprezentanc ...

Za atletski razvoj v društvu skrbi 10 usposobljenih trenerjev in vaditeljev. Osnovno prizadevanje vseh, ki v društvu delujejo na različnih področjih, je usmerjeno v izboljšanje stanja na vseh segmentih atletike, to je otroške, selekcijske, kakovostne in veteranske, skratka atletika za vsakogar.

Društvo je poznano tudi po odlični organizaciji atletskih tekmovanj. Tako je samo letos uspešno organiziralo državno prvenstvo do 16 let v dvorani, posamična področna atletska tekmovanja ter reprezentančni četverboj mlajših članov in članic. Vsaj trikrat na leto organizirajo tudi klubsko tekmovanje za najmlajše, saj od vsega začetka sodelujejo v programu otroške atletike.

Cilji za prihodnost so zastavljeni visoko – predstavnik na naslednjih OI, dosežene norme atletov za EP in SP ter kvalitetno in pravilno usmerjeno delo z mladimi. Ob trenutni krivulji, ki se počasi, a vztrajno pomika navzgor, so zastavljeni cilji več kot dosegljivi.



Vrhunski laser, vrhunski vid, vrhunski športnik

Ob vedno hitrejšem življenjskem ritmu in obremenitvah vida je vse več ljudi, ki za izboljšanje vida potrebujejo očala ali kontaktne leče. Večina posameznikov s tem normalno živi, vse več pa je ljudi, ki jih nošnja očal ali kontaktnih leč ovira pri vsakdanjem delu, še bolj pa pri športu.

Kontaktne leče ali očala

Očala so seveda pripomoček za izboljšanje vida, vendar nas pri športu ovirajo. Vrhunske športnike zelo redko vidimo nositi očala. Boljša rešitev za športnike so kontaktne leče, vendar imajo določene pomanjkljivosti. Leča se lahko premakne, v oko lahko pride tujek ali prah, kar pa športnika ovira in mu posledično lahko prepreči vrhunske rezultate. Predvsem gre omeniti igre z žogo, kontaktne športe, atletiko, vodne športe, smučanje. Vsakdo ne prenaša leč ali pa ima takšno dioptrijo, ki je ni mogoče korigirati s kontaktno lečo.

Obstaja rešitev BREZ kontaktnih leč ali očal

Laserske operacije oči imajo 30-letno zgodovino in so pomagale nešteto ljudem, da so spet videli brez očal ali kontaktnih leč. Metoda PRK in LASIK sta metodi, ki sta, tehnološko gledano, stari od 25 do 30 let, vendar imata svoje slabosti, kot so počasnejše celjenje, slabša stabilnost dioptrije, bolečina. Zaradi teh razlogov sta metodi manj primerni za ljudi z aktivnim načinom življenja, s tem torej tudi za športnike, zlasti vrhunske.

Vrhunski laser za vrhunske športnike

Razvoj laserske tehnologije za odpravo dioptrije je dosegel stopnjo, ki meji že na znanstveno fantastiko. Gre za laser VISUMAX podjetja ZEISS, ki pomeni revolucijo na področju laserskih korekcij vida. Kar je bilo še pred leti želja za prihodnost, je postala vrhunska sedanost. To je tehnologija prihodnosti, ki je dosegljiva že danes, tudi v Sloveniji.

ReLEx SMILE (SMall Incision Lenticule Extraction) je najnovejša tehnika za lasersko odpravo dioptrije, pri kateri s pomočjo vrhunskega laserja in z natančno mikrokirurško tehniko skozi le trimilimetrsko veliko odprtino odstranimo del tkiva z dioptrijo.

Metoda ReLEx SMILE ima številne prednosti:

- je povsem neboleča metoda, tako med posegom kot tudi po njem,



- vid se povrne v enem do treh dneh,
- 80 odstotkov manjši rez od prejšnje metode, zato je celjenje izredno hitro,
- ni roženičnega pokrova – režnja (ang.: flap), ki predstavlja potencialno nevarnost vse življenje,
- manj možnosti infekcij, bleščanja,
- manj možnosti težav s suhimi očmi,
- večja stabilnost dioptrije,
- v treh dneh lahko začnete lažje trenirati, v enem tednu so dovoljene polne obremenitve.

To so dejstva, ki govorijo sama zase. Metoda je primerna za vse posameznike s kratkovidnostjo z dioptrijo med $-0,75$ in $-12,00$ in cilindrom $\pm 5,0$, ki se želijo za stalno znebiti očal in/ali kontaktnih leč.

Metoda ReLEx SMILE se v svetu izvaja že pet let, kar pomeni, da je preizkušena, varna in zanesljiva, prav tako pa to potrjujejo tudi vse svetovne študije in analize. V očesnem kirurškem centru VIDIM omenjeno metodo izvajajo že leto in pol. So edini v območju 500 kilometrov, ki jo izvajajo in so eden od samo 300 centrov na svetu. Pomagali so številnim ljudem, ki želijo živeti aktivno življenje brez očal in kontaktnih leč, pomagali so že tudi številnim vrhunskim športnikom.

Nina Djordjevič in ReLEx SMILE

Nina se je že več let zanimala za možnosti laserske odprave dioptrije, saj so jo kontaktne leče ovirale pri njenem športu, tj. skoku v daljino. Nobena od starih metod (PRK ali LASIK) se ji ni zdel dovolj varna in zanesljiva. Težko si je predstavljati skakalko v daljino z očali. Nina je uporabljala kontaktne leče, vendar jo je pogosto motila mivka, ki je našla pot v oko in prišla pod kontaktno lečo. To je bilo moteče že na treningu, še bolj pa na tekmovanjih, saj lahko takšen neljubi dogodek vpliva na osredotočenost in prepreči vrhunsko uvrstitev.

Na pregledu v očesnem kirurškem centru VIDIM so ji opravili vse potrebne preiskave, slikanja, ultrazvoke in ugotovili, da je primerna kandidatka za operacijo po metodi ReLEx SMILE. Po pogovoru se je z lahkoto odločila za operativni poseg, ki ga je izvedel dr. med Boštjan Drev, specialist oftalmologije, ki je tudi lastnik in strokovni vodja očesnega centra in eden izmed 600 kirurgov na svetu, ki izvajajo tovrstni poseg. Poseg so izvedli nekaj dni po pregledu. Lažje trenirati je začela tretji dan po posegu, s polno obremenitvijo pa je začela trenirati sedmi dan po posegu.

Metoda ReLEx SMILE je neboleča, hitra, varna in natančna metoda laserskega odstranjevanja dioptrije in vsekakor najboljša mogoča izbira za vse aktivne ljudi, ki so se naveličali očal ali kontaktnih leč, posebej pa seveda za vrhunske športnike, ki se želijo v nekaj dneh vrniti v polni trening in preprosto videti brez pripomočkov.

Spreglejte z nasmehom v VIDIM.

**Najnovejša laserska odprava
dioptrije tudi v Sloveniji**



VIDIM

OČESNI CENTER CELJE

- Najnovejše metode odprave dioptrije.
- Operacije sive mreže.
- V VIDIM OPTIKI ponujamo preglede vida, korekcijska in sončna očala ter kontaktne leče znanih kvalitetnih blagovnih znamk.

Laserska operacija ReLex SMILE:

- hiter in brezbolečinski poseg (traja samo 30 sec.),
- brez roženičnega pokrovčka,
- minimalni neinvazivni poseg (2-3 mm),
- večja stabilnost dioptrije,
- takojšnje okrevanje (v 3 dneh se vrnete v normalni delovni ritem).

Nasmejte se in
spreglejte z metodo
SMILE



Telefon: **059 230 961** | E-pošta: **ambulanta@vidim.si** | **www.vidim.si**



Temeljno vodilo našega dela je naročniku zagotoviti celostno rešitev, ki udejanja njegovo idejo od projekta do končne izvedbe.

PROJEKTIRANJE IN IZVEDBA

GRADNJA

INŽENIRING

NEPREMIČNINE

Monea d.o.o.
Cesta Ljubljanske brigade 25
1000 Ljubljana
T +386 1 510 53 80
www.monea.si

SEZONA 2017

V ospredju SP v Londonu

Pred slovenskimi atletinjami in atleti so že zimske priprave na sezono 2017, ki bo spet polna tekmovanj na najvišji ravni. V bogatem atletskem koledarju tudi na Atletski zvezi Slovenije ponovno računamo na številčne in uspešne slovenske odprave na najpomembnejša atletska tekmovanja.

Vladimir Kevo, predsednik strokovnega sveta AZS, je v komentarju sezone 2017 strnil napoved za prihodnjo sezono: »Za slovensko atletiko bo v letu 2017 prav gotovo v ospredju svetovno prvenstvo v Londonu, čemur bodo najboljši slovenski atleti s svojimi trenerji podredili načrtovanje svojih form. Mednarodna atletska zveza še ni objavila norm za nastop na tem osrednjem atletskem tekmovanju, zato je v tem obdobju težko napovedati število naših tekmovalcev, ki nas bodo v Londonu zastopali. Če pa za orientacijo vzamemo norme, veljavne v zadnjih letih, se lahko nadajamo okrog desetih slovenskih nastopov. Za slovenske ljubitelje atletike je gotovo razveseljivo tudi dejstvo, da se atletska sezona v zimskem delu začneja z evropskim dvoranskim prvenstvom

v Beogradu. V Srbiji pričakujemo nastop vsaj petnajsterice Slovencev in številne navijače, kar bo gotovo prineslo tudi večjo možnost vidnejših uvrstitev. Vrhunec za slovensko atletske reprezentanco bo evropsko ekipno prvenstvo druge lige v Tel Avivu. Po lanski odsotnosti evropskega ekipnega prvenstva se bomo letos trudili za ponoven preboj v prvo ligo tekmovanja, kjer se je Slovenija v preteklosti že predstavila, realno pa menim, da v prvo ligo tudi spadamo. Kar zadeva tekmovanja v mlajših kategorijah, bosta za Slovence zanimivi predvsem dve tekmovanji. Letos so se naši mladi atleti v kategoriji mlajših mladincev izkazali s številčno izpolnjenimi normami in veselili smo se lahko izjemno številčne odprave na prvem evropskem prvenstvu za mlajše

mladince. V tej starostni kategoriji bo leta 2017 potekalo svetovno prvenstvo v Keniji, nastop naših pa bo ravn tako odvisen od norm IAAF, ki še niso znane. Močna železa v ognju bomo imeli na evropskem prvenstvu za mlajše članice in člane na Poljskem, tekmovanju, kjer so nas v preteklosti slovenski tekmovalci že razveseljevali s številnimi uspehi. Nazadnje so se izkazali v lanski sezoni, ko se je trojica Robert Renner-Luka Janežič-Žan Rudolf z EP v Talinu vrnila s kolajnami in tako zaznamovala največji slovenski uspeh na tovrstnem tekmovanju za Slovenijo. Uspeh je izjemna generacija naših mladih na čelu z Luko Janežičem, Veroniko Domjan, Matijo Muharjem in številnimi drugimi našimi močnimi kandidati v tej starostni kategoriji ob optimalnem razpletu gotovo sposobna ponoviti.«

Pregled mednarodnih tekmovanj v sezoni 2017

- 3.–5. marca: 34. EP v dvorani, Beograd (Srb)
- 11.–12. marca: 17. evro. zimski pokal v metih, Las Palmas de Gran Canaria (Špa)
- 27.–28. maja: evropski klubski pokal, skupina A, Mersin (Tur)
- 10. junij: 21. evropski pokal na 10.000 m, Minsk (Blr)
- 24.–25. junija: evropsko ekipno prvenstvo, 2. liga, Tel Aviv (Izr)
- 5.–8. julija: 18. sredozemske igre, Tarragona (Špa)
- 1.–2. julija: evropski pokal v mnogoboju, Monzon (Špa)
- 8. julij: 16. EP v gorskem teku, Kamnik
- 12.–16. julija: 10. SP za mlajše mladinke in mladince, Nairobi (Ken)
- 13.–16. julija: 11. EP za mlajše članice in člane, Bydgoszcz (Pol)
- 20.–23. julija: 24. EP za mladinke in mladince, Grosseto (Ita)
- 22.–30. julija: 14. olimpijski festival evropske mladine, Győr (Mad)
- 5.–13. avgusta: 16. SP London (VB)
- 20.–25. avgusta: univerzijada, Tajpej (Tjv)
- 16. september: evropski klubski pokal za mladince
- 10. december: 24. EP v krosu, Šamorin (Slk)

Ostala meddržavna tekmovanja v sezoni 2017

- 6. julij: mladinski peterboj (Slk)
- 28. maj: 35. Brixia miting, Bressanone (Ita)
- 16. junij: mlajše mladinski četverboj (Mad)
- 30. september: peterboj pionirskih reprezentanc (Hrv)

Balkanska prvenstva v sezoni 2017

- 11. februar: BP v dvorani za starejše mladince, Istanbul (Tur)
- 25. februar: BP v dvorani Beograd (Srb)
- 8. april: BP v hoji, Florina (Grč)
- 14. maj: BP v polmaratonu, Priština (Kos)
- 3. junij: BP za mlajše mladince, Elbasan (Alb)
- 10. junij: BP v gorskem teku, Teteven (Bol)
- 1.–2. julija: BP za starejše mladince, Craiova (Rom)
- 22.–23. julija: BP za člane, Novi Pazar (Srb)
- 8. oktober: BP v maratonu, Zagreb (Hrv)
- 11. november: BP v krosu, Canakkale (Tur)

Za slovensko atletiko bo v letu 2017 prav gotovo v ospredju svetovno prvenstvo v Londonu, čemur bodo najboljši slovenski atleti s svojimi trenerji podredili načrtovanje svojih form. Mednarodna atletska zveza še ni objavila norm za nastop na tem osrednjem atletskem tekmovanju, zato je v tem obdobju težko napovedati število naših tekmovalcev, ki nas bodo v Londonu zastopali. Če pa za orientacijo vzamemo norme, veljavne v zadnjih letih, se lahko nadajamo okrog desetih slovenskih nastopov.

Vladimir Kevo





STUDY OF A GLORIOUS ARRIVAL AT THE FINISH LINE

Hispalis

To cross the finishing line like a pro, you need professional technology. That's why we've dissected the running shoe. To show you the four-level impact absorption system.



And the STABILIS system, which provides stability and prevents the central part of the shoe from flexing. So you can see that we've thought of everything for you and you can carry on raising your arms in triumph when you cross the finish line.



Teden atletike

Na domačih prizoriščih se je olimpijski avgust zaključil s Tednom atletike, v katerem se je zgodil niz atletskih dogajanj za vse generacije.

Dogodki, ki so bili združeni v Teden atletike, so vključevali več različnih lokacij, na katerih smo z atletskimi tekmovanji, prikazi atletike za najmlajše in ostalimi dogodki ponovno združili atletsko javnost in vključili praktično vse atletske generacije. Osrednje atletsko dogajanje je potekalo v Novem mestu, Velenju in Celju.

Novo mesto

Novo mesto je bilo v ponedeljek, 29. septembra, priča pestremu atletskemu dogajanju, ki sta ga z združenimi močmi pripravila Atletski klub Krka Novo mesto in Atletska zveza Slovenije.

Atletsko dogajanje se je na stadionu Portoval začelo z združeno drugo izvedbo mestnega tekaškega izziva, ki je dinamično tekmovanje v tekih, namenjeno mladinskim kategorijam. Mladi tekmovalci so v tekaških disciplinah zastopali šest slovenskih mest, ki so sestavljala pet ekip in se v ekipnem duhu borila za čast, da odnesejo skupno zmago domov. Izziv so sprejeli predstavniki ekip Novega mesta, Ljubljane, Maribora, Celja, Slovenj Gradca in Velenja. Na tekmovanju so se pomerili mladi atletinje in atleti, združeni v absolutno mladinsko kategorijo (U-16, U-18 in U-20).

Mestni izziv se je prepletal s tradicionalnim mednarodnim atletskim mitingom, ki je letos v svoji že 27. izvedbi k sodelovanju pritegnil pestro mednarodno zasedbo okrog 150 atletinj in atletov, ki so zastopali 10 držav.

Maja Mihalinec (Velenje) je zmagala v teku na 100 metrov in se izkazala s časom 11,37 sekunde. V metu diska je po pričakovanju slavila obetavna Veronika Domjan (Ptuj) s 55,39 metra. Matija Kranjc (Mass) je s 76,36 metra za skoraj za deset metrov premagal vse tekmece v metu kopja.

V skoku v višino je zmagala Brežičanka Lara Omerzu (1,80 m), v metu diska pa finalist lanskega svetovnega prvenstva Roland Varga iz Hrvaške (56,71 m) pred domačinom Tadejem Hribarjem (50,61 m).

Pred začetkom glavnega dela mitinga je po lanskega premierni izvedbi potekal drugi mestni tekaški izziv, v katerem so sodelovali tekači mladinske kategorije. Na tekmi za mladinske kategorije je letos zmagala ekipa Ljubljane pred ekipo Celja in Maribora.

Velenje

Tudi letošnji 21. velenjski miting, ki je potekal 31. avgusta, je upravičil naziv največjega atletskega dogodka v Sloveniji in ene od najbolj kakovostnih športnih prireditev pri nas. Atletinje in atleti iz 21 držav sveta so postregli z odličnimi obračuni pred številnimi gledalci,



ki so ponovno napolnili stadion Ob jezeru. Prireditelji, Atletska zveza Slovenije, Občina Velenje in Atletski klub Velenje so znova poskrbeli za vrhunski atletski večer v kakovostni mednarodni konkurenci. Večtisočglava množica je imela obilo razlogov za zadovoljstvo in športno vzdušje. Ob mnogih najboljših slovenskih atletih, med katerimi so bili štirje udeleženci letošnjih olimpijskih iger, so navduševali nekateri zvezdniki svetovne atletike. Občinstvu so se med drugimi predstavili bronasti z letošnjega evropskega prvenstva Robert Renner, slovenska rekorderka in olimpijka Martina Ratej, olimpijka Maja Mihalinec in Žan Rudolf, finalistka letošnjega evropskega prvenstva Veronika Domjan, Jan Petrač, potnik na letošnje EP, ter dobitnica medalje z letošnjega EP za mlajše mladince Maja Bedrač. Martina Ratej je presegla 61 metrov in z 61,03 metra dosegla svoj najboljši izid sezone. V slovenski konkurenci je na mitingu zmagala še Veronika Domjan v metu diska (56,35 m). Dva slovenska predstavnika sta dosegla drugi mesti, Robert Renner v skoku s palico (5,50 m) in Maja Mihalinec na 200 metrov (23,24). Na pol stadionskega kroga je bila od Mihalinceve šest stotink hitrejša Britanka Jodie Williams (23,18). Na 800 metrov, v disciplini Žana Rudolfa, je slavil Amel Tuka iz Bosne in Hercegovine, dobitnik medalje z lanskega svetovnega prvenstva (1:46,79). Jamajčan Julian Forte je bil z 10,15 sekunde premočno prvi na 100 metrov, kjer je najboljši rezultat med slovenskimi sprinterji, skupno pa šesti, dosegel Enej Leban (10,76). Na dvakrat daljši razdalji je bil četrti Blaž Brulc (22,23), slavil je Nizozemec Solomon Bockaire (20,37), v teku na stadionski krog pa sta zmagala Jamajčana Rusheen

Mcdonald (45,90) in Stephanie McPherson (51,02), peti je bil Jernej Jeras (48,58), sedma pa Anita Horvat (55,38). Med atletinjami je na visokih ovirah Hrvatica Andrea Ivančević za več kot šest desetink ugnala vse tekmice in se zelo približala meji 13 sekund (13,02), četrta je bila Nika Okorn (15,20), to mesto pa je v skoku v daljino, v katerem je slavila Nemka Melanie Bauschke (6,21 m), osvojila tudi Maja Bedrač (6,00 m).

Celje

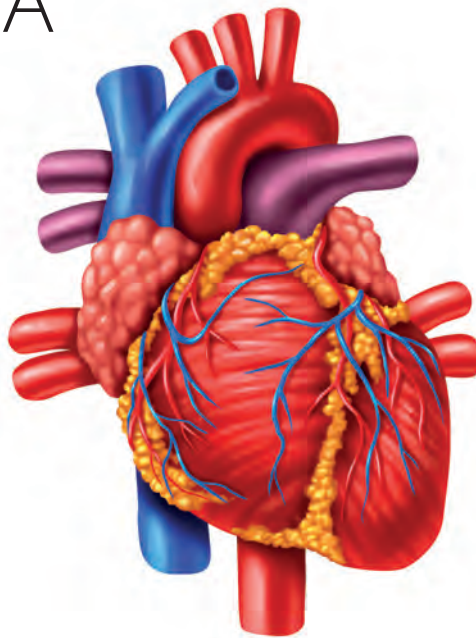
V soboto, 3. septembra, je v izvedbi AD Kladivar Celje potekalo ekipno prvenstvo Slovenije za mladinke in mladince. Za naslov najboljših se je med mladinkami borilo 25 klubov, med mladinci pa 27 klubov. Skupno je na tekmovanju, ki je zaokrožilo številne aktivnosti v okviru Tedna atletike, nastopilo več kot 400 mladih atletov, tako med mladinci kot med mladinkami pa sta zmagali ekipi ljubljanskega MASS-a. Tekmovanje je bilo eno od treh osrednjih prizorišč Tedna atletike (Novo mesto, Velenje, Celje), v okviru katerega so potekale atletske obarvane prireditve in tekmovanja za vse generacije. Zmagovalci, atleti AD Mass Ljubljana (MASS), so zbrali 14.072 točk, sledili so jim mladinci AD Kladivar Celje (KLC), ki so zbrali 13.663 točk, tretje mesto pa so si priborili atleti AK Krka Novo Mesto (Krka) s 12.007 točkami. 236 mladink, ki je zastopalo 25 klubov, je prav tako tekmovalo v 21 disciplinah. Najboljše so bile atletinje AD Mass Ljubljana (Mass) z zbranimi 15.397 točkami. Drugo mesto so si priborile atletinje AD Kladivar Celje (KLC) – 15.280 točk, tretje pa so bile članice AD Kronos Ljubljana (Kro) z zbranimi 14.087 točkami.

ZAVAROVANJE ZA TEŽJE BOLEZNI

Finančna gotovost v času okrevanja po postavljeni diagnozi.

V primeru 21 najpogostejših težjih bolezni vam zavarovalnica izplača 75 % ali 100 % zavarovalne vsote.

Novost na slovenskem trgu:
kritje za primer preinvazivnih rakov.



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica

Zdravja ne moremo kupiti, lahko pa poskrbimo za lažje okrevanje.

Bolezni, kot so rak, možganska kap ali srčni infarkt, ne moremo predvideti, lahko pa ogromno naredimo sami z zdravim načinom življenja, da takšno diagnozo preprečimo. Število oseb, ki zbolijo za katero od težjih bolezni, med katerimi je tudi rak, se povečuje. V Sloveniji je za različnimi oblikami raka lani zbolelo več kot 14.000 ljudi. Nihče od nas ne želi razmišljati o težkih trenutkih, ko nas lahko doleti takšna diagnoza. Vendar rak je bolezen, ki bi ji moral vsak izmed nas nameniti veliko pozornost. Če zbolimo za tako hudo boleznijo, je potreben dolgotrajen proces zdravljenja.

Finančna varnost v primeru težjih bolezni

Zdravja žal ni mogoče kupiti, lahko pa si v teh težkih trenutkih omogočite hitrejše okrevanje in lažje prebrodite negotove trenutke. Takšna bolezen prinese veliko sprememb v način življenja in povzroči izpad dohodka v primeru trajnega zdravljenja in nesposobnosti za delo. V ta namen v Vzajemni nudijo zavarovanje za primer raka, da se lažje spoprimete z omejitvami, ki jih prinaša bolezen. Za dodatno finančno varnost pa so oblikovali tudi prvo pravo zdravstveno zavarovanje za težje bolezni pri nas, ki omogoča zavarovalno zaščito za primer 21 najpogostejših težjih bolezni, med katere se uvrščajo tudi rak, srčni infarkt in možganska kap.

Zavarovanje za težje bolezni vam omogoča lažjo dostopnost do zdravljenja, saj si z njim zagotovite prepotrebna finančna sredstva v primeru, da zbolite za eno izmed najpogostejših težjih bolezni. Z izplačano zavarovalnino si lahko:

- križete stroške za boljša ali drugačna zdravila, tehnične pripomočke,

- kakovostnejše terapije, operacije v tujini, dodatno nego na domu ipd.,
- križete dodatne storitve, kot je okrevanje v zdravilišču, alternativno zdravljenje ipd.,
- nadomestite izpad dohodka zaradi odsotnosti z dela,
- odplačate kredit ali dolgove,
- izboljšate kakovost življenja, ki jo je bolezen poslabšala (npr. posegi v stanovanju).

Obiščite nas v **naših poslovalnicah**, kjer boste prejeli dodatne informacije o zavarovanjih za **težje bolezni**.



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica

☎ 080 20 60
www.vzajemna.si



Elesovi ambasadorji vrednot so: Jakov Fak, kolesarke ekipe BTC City, Miha Podgornik, Atletska zveza Slovenije, Benjamin Savšek in Marin Medak.

PRENAŠAMO ENERGIJO. PRENAŠAMO VREDNOTE.

▶ Energija teče, skupaj z nami. Ker kot sistemski operater slovenskega elektroenergetskega prenosnega omrežja skrbimo za njen varen, zanesljiv in neprekinjen prenos 24 ur na dan. Smo strokovnjaki z znanjem in izkušnjami, ki sgradimo energetske prihodnosti Slovenije na skrbno zastavljenih temeljih: odgovornosti, zavzetosti, znanju, zanesljivosti, sodelovanju in vztrajnosti. Strateško in trajnostno načrtujemo, gradimo in vzdržujemo prenosno omrežje Republike Slovenije. Za električno energijo na doseg vaše roke.



www.eles.si

ELES



NE IZGUBLJAJTE ENERGIJE!

Izberite paket električne energije, ki najbolj ustreza vašim življenjskim navadam!

*Ljudje živimo različno. Vsaka družina ima drugačen življenjski slog in navade.
To se odraža tudi pri rabi energije.*



E 3 je prva energetska družba v Sloveniji, ki omogoča pakete električne energije, prilagojene različnim življenjskim navadam!
Preverite, kakšen odjemalec električne energije je vaše gospodinjstvo.
Pomagajte si z našim spletnim vprašalnikom na www.e3.si.



E3 NAPREDNI

Načrtovano. Namensko. Nadzorovano!

Paket za vas, ki najraje sami nadzirate, sporočate svojo porabo in preverjate podatke. Prisegate na elektronsko poslovanje in dvotarifno merjenje električne energije.



E3 UDOBNI

Ugodno. Uporabno. Univerzalno!

Paket za vse, ki vklapljate velike gospodinjske aparate, kadar pač utegnete. Enotne cene, ne glede na čas višje ali nižje tarife, naredijo vaš račun prijaznejši.



E3 ZELENI

Zavestno. Zavzeto. Zmerno!

Paket za vas, ki razmišljate o prihodnosti sveta in ste se odločili za obnovljive vire energije. Vaši aparati so varčni, vaša poraba zmerna, vaš račun zelen.



E3 PREPROSTI

Po porabi. Po pavšalu. Po pravi ceni!

Paket za vas, ki ne želite nič drugega kot električno energijo, ki jo plačujete po porabi ali po pavšalu, najraje kar s položnico, ki jo prejmete po pošti. Električno upravljajte tako, kot ste navajeni.

Izberite E 3 za svojega dobavitelja električne energije.

Preverite www.e3.si. Pišite nam na info@e3.si, pokličite kontaktni center **E 3: 080 34 45** ali pa nas obiščite v naših informacijskih pisarnah.

BREZSKRBNİ C

DO 5 UPORABNIKOV

30 GB

Prenos
podatkov
v **Sloveniji**

1 GB

Prenos
podatkov
v **EU**



Klici in sporočila
v **Sloveniji**
in v **EU**

LTE / 4G do
150 Mb/s*

Paket **Brezskrbni C** lahko uporablja kar **5 uporabnikov**, ki komunicirajo že od **17,35 EUR*** mesečno na osebo. Izkoristite **polno hitrost LTE 4G** in skupaj uporabljajte **neomejene klice in sporočila v Sloveniji in EU**, **30 GB** prenosa podatkov **v Sloveniji** ter **1 GB v državah območja EU**. Ponudba velja tudi za **poslovne uporabnike**. Za več informacij nas obiščite na najbližjem Telekomovem prodajnem mestu.

Naj vas nič ne ustavi.
www.telekom.si

Telekom**Slovenije**

*Cena od 17,35 EUR na osebo je izračunana iz mesečne naročnine paketa Brezskrbni C skupaj s štirimi podrejenimi naročniškimi razmerji Druga številka – Brezskrbni in upoštevano ugodnostjo Poveži in prihrani. Paket Brezskrbni C z mesečno naročnino 40,95 EUR oz. 34,95 EUR z ugodnostjo Poveži in prihrani, vključuje neomejene pogovore ter neomejene SMS-/MMS-e v vsa slovenska omrežja, 30 GB paketnega prenosa podatkov (velja za storitve opravljene v mobilnem omrežju Telekoma Slovenije), brezplačno opcijo EU zakup ter brezplačno storitev LTE/4G PLUS, ki omogoča najvišjo teoretično hitrost prenosa podatkov, ki je omejena na 150 Mb/s v smeri do uporabnika in 50 Mb/s v smeri od uporabnika. Naročniško razmerje Druga številka – Brezskrbni je dodatno podrejeno naročniško razmerje, ki ga lahko sklenejo naročniki paketa Brezskrbni C. Naročnik paketa Brezskrbni C lahko sklene do največ štiri razmerja Druga številka – Brezskrbni in eno razmerje SIM 2 – Brezplačno. Z vklopom podrejenega naročniškega razmerja Druga številka – Brezskrbni ali SIM 2 – Brezplačno prejmejo naročniki dodatno kartico SIM, ki uporablja zakupljene količine nosilnega naročniškega razmerja paketa Brezskrbni C. Ob vklopu podrejenega naročniškega razmerja Druga številka – Brezskrbni se nosilnemu naročniškemu razmerju zaračuna dodatek k mesečni naročnini v višini 12,95 EUR. Za paket Brezskrbni C in Druga številka – Brezskrbni, ter SIM 2 – Brezplačno, se po preseženju vključenih količin prenosa podatkov v mobilnem omrežju Telekoma Slovenije (30 GB), na vseh SIM karticah, hitrost prenosa podatkov omeji na 0 kb/s v smeri k uporabniku in 0 kb/s v smeri od uporabnika. Po preseženju vključenih količin prenosa podatkov v državah območja EU (1 GB) se hitrost prenosa podatkov omeji na 0 kb/s v smeri k uporabniku in 0 kb/s v smeri od uporabnika. Z naslednjim obračunskim obdobjem se ponovno vzpostavi običajna hitrost prenosa podatkov, kot jo zagotavlja Telekom Slovenije. Količine veljajo v okviru enega obračunskega obdobja. Neuporabljene količine se ne prenašajo v naslednje obračunsko obdobje. Ponudba velja od 1. 9. 2016. Cene so v EUR z DDV. Neomejeni pogovori v vsa slovenska omrežja in neomejena sporočila SMS/MMS so namenjena običajni uporabi storitve. Za več informacij o ponudbi in ceniku drugih storitev obiščite www.telekom.si, Telekomov center, pooblaščen prodajno mesto ali pokličite 041 700 700 ali 080 8000. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana

