

JUNIJ 2017

REVIIJA AZS IN PRILOGA ŠPORTNEGA DNEVNIKA EKIPA SN

SLOVENSKA ATLETIKA

76



ŠPORTNI DNEVNIK
EKIPA **sn**



GENERALNI SPONZOR ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



Telekom Slovenije

GLAVNI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



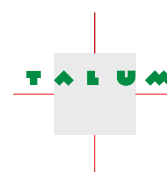
E3, d.o.o.
Član skupine
Elektro Primorska



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica



prihodnosti dajemo obliko



The Lightness of the Future

SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



ELEKTRONIKA



šreča za vse



OČESNI CENTER CELJE

INSTITUCIJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



Fundacija za šport



UVODNIK

Dragi prijatelji in ljubitelji slovenske atletike!

S pospešeno hitrostjo se bližamo vrhuncem in največjim atletskim izzivom v sezoni 2017. Uspeh in ambicioznost naših atletov, ki so nas z izjemnimi nastopi in vrhunskimi rezultati presenetili že v začetku sezone, sta v nas prebudila še več optimizma za letošnji izplen slovenske atletike, zato smo v novo sezono stopili s pogumnimi pričakovanji. Za vrhunec letošnje tekmovalne sezone, svetovno prvenstvo v Londonu, so normo izpolnili že štirje atleti. Prekaljeni slovenski kraljici meta kopja Martini Ratej in mlademu slovenskemu izjemnemu tekaču Luki Janežiču sta se priključila odkritji letošnje sezone, Agata Zupin in Rok Puhar. Z zanimanjem in stisnjenimi pestmi čakamo tudi na nastope in norme drugih slovenskih atletinj in atletov, ki se še lahko nadejajo zahtevnih izpolnitev norm. Zahvala za vrhunske dosežke, ki puščajo pečat v zgodovini slovenske kraljice športa, gre predvsem atletinjam in atletom, ki vztrajno lovijo meje nedosegljivega. Za njihov uspeh in podporo smo hvaležni tudi trenerjem, družinam, atletskim klubom in ostalim, ki spodbujajo in vlivajo moč našim vztrajnim atletom.

Upamo, da bomo tudi letos, tako kot lani, priča številni zastopanosti na mednarodnih tekmovanjih, ki jim bomo priča v prihodnjih mesecih. Atletinjam in atletom je ostalo še nekaj časa za doseg visokih norm, za katere verjamem, da jih bodo dosegli na sledečih državnih tekmovanjih. Pred odhodom naših favoritov na zaslužena mednarodna tekmovanja pa bomo še prej budno spremljali naše mlade, ki se bodo borbena borili za najvišje stopničke na slovenskih tleh. Tekmovanja so razpršena po vseh regijah v Sloveniji, od najmlajših do najstarejših starostnih kategorij, od šolskih do mednarodnih tekmovanj, od gorskih tekov in vse do maratonov.

Letos bomo na slovenskih tleh priča tudi tekmovanju na najvišji evropski ravni – evropskemu prvenstvu v gorskih tekih. Tekmovanje, ki v Slovenijo poleg okrog 300 tekačev prinaša tudi veliko občinstvo, je izjemno priznanje lokalnim organizatorjem in celotni slovenski atletiki, ki se je v preteklosti že izkazala s številnimi tekmovanji na najvišji ravni.

Letos smo že bili priča številnim rekordom, predvsem v mlajših starostnih kategorijah, kar kaže na nadaljnji vzpon naših mladih upov, ki še zdaleč niso rekli svoje zadnje besede.

Poleg tega prepoznavnost in povezovanje športnikov in rekreativcev, kar dosegamo tudi prek Združenja za rekreativne in cestne teke, povečujeta zavedanje, kako pomemben je šport v našem življenju.

V tokratni številki bomo osvetlili prihajajoče vrhunce sezone 2017. Ozrli se bomo tudi na atletske poudarke prve polovice leta ter predstavili nove talente in tri uspešne slovenske klube v naših stalnih rubrikah. Pred nami je izjemno zanimiva, lepa, a še naporna pot in zato je pomembno, da našim športnikom še naprej stojimo ob strani pri padcih in vzponih ter jim omogočimo, da karseda dobro izkoristijo svoj potencial, saj s svojimi večletnimi izkušnjami in znanjem predstavljajo trden temelj za prihodnje generacije.

Želim vam prijetno branje, vsem našim atletom, trenerjem in klubom pa razburljivo in nadvse uspešno sezono.



Roman Dobnikar,
predsednik Atletske zveze Slovenije

SLOVENSKA ATLETIKA

Revija Atletika je glasilo
Atletske zveze Slovenije.

Urednica
Katja Kustec

Uredniški odbor
Dejan Dokl
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
foto: alesfevzer.com

EVROPSKO EKIPNO PRVENSTVO – 2. LIGA (TEL AVIV, 24. IN 25. JUNIJA)

Cilj je zmaga in prva liga

Predsednik strokovnega sveta slovenske zveze Vladimir Kevo je sestavil reprezentanco, ki bo nastopila konec tedna v drugi ligi evropskega ekipnega prvenstva v izraelskem Tel Avivu. Cilj ekipe je preboj v prvo ligo, zato bodo nastopili vsi najboljši.

Po projekcijah atletske zveze bi glede na izide posameznih predstavnikov držav udeleženk slavila Madžarska (377,5 točke) pred Slovenijo (299,5), vendar bi naši državi tesno sledile Litva (296,5), Slovaška (287,5), Latvija (287,5) in Avstrija (271), na naslednjih mestih pa bi bili Hrvaška (267), Izrael (228,5), Islandija (224,5), Srbija (223), Ciper (218,5) in na zadnjem mestu Moldavija (153).

»Kriterij za uvrstitev na ekipno EP je bil znan že novembra lani. Vendar ko smo statistično preučili možnosti uvrstitve Slovenije v prvo ligo, smo ugotovili, da se bomo lahko vanjo uvrstili le v najmočnejši možni sestavi. Zato smo se tudi na pobudo nekaterih članov upravnega odbora odločili, da pošljemo v Tel Aviv, kjer bo potekala druga liga ekipnega EP, vse najboljše ne glede na kvalifikacije za APS. Imeli pa smo še vedno več kot polovico disciplin odprtih in dvodnevno tekmovanje v Novi Gorici je dalo odgovore,« je vzrok za spremembo kriterijev tik pred zdajci pojasnil Kevo in jasno dejal, da sta edina želja in cilj v Izraelu osvojitve drugega mesta in uvrstitve v prvo ligo.

Slovenska reprezentanca je na prejšnjem ekipnem EP, ki je bilo 20. in 21. junija 2015 v



bolgarski Stari Zagori, zasedla zadnje, osmo mesto. Barbara Špiler je drugi dan slavila v metu kladiva (63,80 m), kar je bila edina slovenska zmaga na tekmovanju, druga pa sta bila Joni Tomičič Prezelj na 100 m ovire (13,84) in Matija Muhar v metu kopja (76,97 m). Nastopila je močno okrnjena ekipa brez večine najboljših in s skoraj polovico mladincev. Lani zaradi olimpijskih iger tega tekmovanja ni bilo, letos pa bo Slovenija nastopila v tretjerazrednem evropskem tekmovanju. Najvišja je superliga, ki bo prihodnji konec tedna potekala v francoskem mestu Lille.

Reprezentanca za ekipno EP v Tel Avivu

Moški

100 m: Luka Marolt (Domžale), 200 m: Luka Janežič (Kladivar), 400 m: Luka Janežič (Kladivar), 800 m: Jan Petrač (Mass), 1500 m: Vid Kramer (Kladivar), 3000 m: Jan Kokalj (Kladivar), 5000 m: Jan Brešan (Kladivar), 110 m ovire: Filip Jakob Demšar (Mass), 400 m ovire: Peter Hribaršek (Velenje), 3000 m zapreke: Matjaž Pregrat (Krka), daljina: Nino Celec (Slovenka Bistrica), troskok: Jan Luxa (Mass), višina: Axel Luxa (Mass), palica: Robert Renner (Kladivar), krogla: Blaž Zupančič (Mass), disk: Tadej Hribar (Krka), kladivo: Nejc Pleško (Olimpija), kopje: Matija Kranjc (Mass), štafeta 4 x 100 m: Luka Marolt, Jakob Murovec, Jure Grkman, Ahac Moretti, Gregor Demšar, štafeta 4 x 400 m: Luka Janežič, Jure Grkman, Jernej Jeras, Gregor Grahovec

Ženske

100 m: Tami Ščančar (Panvita Murska Sobota), 200 m: Agata Zupin (Kamnik), 400 m: Anita Horvat (Mass), 800 m: Jeneja Smonkar (Velenje), 1500 m: Patricija Plazar (Mass), 3000 m: Maruša Mišmaš (Mass), 5000 m: Sonja Roman (AKBC), 100 m ovire: Joni Tomičič Prezelj (Olimpija), 400 m ovire: Agata Zupin (Kamnik), 3000 m ovire: Urška Arzenšek (Kladivar), daljina: Neja Filipič (Kronos), troskok: Saša Babšek (Slovenska Bistrica), višina: Maruša Černjul (Kladivar), palica: Tina Šutej (Mass), krogla: Veronika Domjan (Ptuj), disk: Veronika Domjan (Ptuj), kladivo: Claudia Štravs (Olimpija), kopje: Martina Ratej (Kladivar), štafeta 4 x 100 m: Tami Ščančar, Anita Horvat, Agata Zupin, Iza Obal, Joni Tomičič Prezelj, štafeta 4 x 400 m: Anita Horvat, Agata Zupin, Anja Benko, Maja Pogorevc, Jerneja Smonkar



CINKARNA

GLAVNI POKROVITELJ
ATLETSKEGA DRUŠTVA
KLADIVAR CELJE



ŠTUDIJA ZMAGOVALNEGA TEKA

Hispalis

Za zmagovalni tek, potrebujete vrhunsko tehnologijo. Da bi vam lažje prikazali učinek štiridelnega sistema absorpcije, smo razrezali tekaški čevlji.



Sistem "Stabilis" omogoča stabilnost in preprečuje upogibanje srednjega dela čevlja. Samo za vas smo mislili na vse, zato zmagovalno dvigajte roke v zrak, ko prečkate ciljno črto.



joma-sport.com

joma®
Exercise your freedom

LUKA JANEŽIČ – NAJBOLJŠI SLOVENSKI ATLET

Diamantna popotnica za Izrael

Po lanskem polfinalu in državnem rekordu na olimpijskih igrah v Riu de Janeiru je imel Vodičan s trenerjem Rokom Predaničem velike načrte za leto 2017. In zdaj jih izpolnjuje.

Začetek s smolo

Na evropskem dvoranskem prvenstvu v Beogradu je bil Luka eden od favoritov za kolajno, toda že v kvalifikacijah je naredil napako, prestopil, in bil diskvalificiran. Razočaranje je bilo veliko. »V športu se to dogaja, žal mi je, toda tako pač je. Boli tudi to, da sem bil med kandidati za kolajne. Zato je vse skupaj še težje. Bila je možnost za stopničke in tega zdaj ni več,« je bil v Beogradu povsem skrušen Janežič, ko ga je trener Rok Predanič tolažil, pokritega s kapuco in sklonjene glave.

»Vsa tekma je bila živčna. Že start, ko sem dobil rumeni karton. V ponovljenem startu sem potem pazil, da ne bi znova naredil napake, in sem začel precej počasneje. Ko potem po taki poti prideš naprej v naslednji krog tekmovanja, a pozneje izveš, da si bil diskvalificiran, kar mi je povedal trener, zelo boli. Gotovo se mi je za nekaj časa porušil svet,« je razmišljal Janežič, ki pa je potem hitro pozabil zimo, trdo treniral in poletno sezono začel izjemno.

Rekord na 300 metrov

Luka je konec maja na mitingu v Slovenski Bistrici izboljšal slovenski rekord na 300 metrov z 31,89 sekunde in tako popravil rekord Matije Šestaka (32,34). Tek na 300 metrov sicer ni olimpijska disciplina in je redko na programu mitingov, svetovni rekorder pa je Michael Johnson, ki je v Pretoriji leta 2000 tekel 30,85. »Že lani sem v Bistrici poskušal popraviti rekord, letos pa mi je končno uspelo vzeti še zadnji članski rekord Šestaku. Popravil sem ga z lepo prednostjo, kar je dobra popotnica za naprej,« je razmišljal Janežič.

Padel tudi Maslak

Janežič je potem v začetku junija v Pragi v teku na 400 metrov s časom 45,23 sekunde, kar je rekord mitinga, ugnal vso konkurenco in se zelo približal svojemu državnemu rekordu (45,07). S tem je že v svojem prvem nastopu v sezoni izpolnil normo za svetovno prvenstvo avgusta v Londonu in ugnal vse tekmece na čelu s Čehom Pavlom Maslakom. Dvakratni zaporedni svetovni dvoranski prvak, ki je v Beogradu marca letos še tretjič v nizu postal evropski



dvoranski prvak, je bil drugi s 45,51. »V zadnjih treh letih sem si res zelo želel premagati Maslaka, ki je tudi moj vzornik, tokrat pa sem premagal tudi Rooneyja in ostale. Zmaga na takem mitingu mi zelo veliko pomeni. Že na ogrevanju sem se dobro počutil. Ko sem videl startno listo, pa sem si rekel, da sem res malokrat tekel v taki zasedbi. Želel sem priti med prve tri in sem z zmago presenetil tudi sebe. Še najslabši del mojega teka je bilo prvih 200, 250 metrov, tam so me tekmece že prehiteli, potem pa sem v svojem znanem dobrem zaključku vse prehitel v zadnjih 120 metrih. Vedel sem, da bom dosegel dober čas, vesel sem tega uspeha, s katerim sem gladko dosegel tudi normo za SP,« je bil zadovoljen Janežič.

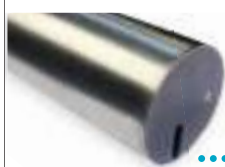
Izzival v Hengelu

Na mitingu v Hengelu na Nizozemskem je potem Vodičan spet zmagal v teku na 400 metrov s 45,43 sekunde. »Zdaj sem premagal še nekaj dobrih tekmovalcev, vesel sem druge zaporedne zmage na močnih mitingih. Ti zmagi že nekaj povesta. Vesel sem, da sem stabilen, tudi kar zadeva čase. Znova sem potrdil normo za svetovno prvenstvo. Od 200 metrov do zadnjih

100 metrov mi še nekaj manjka, drugi zavoj moram še popraviti. Psihično se mogoče bojim malo hitreje teči, a imam na koncu še veliko moči in bi lahko tudi tam tekel hitreje,« je ocenil 21-letni Janežič.

Prvi letošnji diamant

Zaradi odličnih rezultatov je Luka potem dobila povabilo na miting diamantne lige v Stockholmu. V svoji paradni disciplini je zasedel četrto mesto. S časom 45,56 sekunde je za slabe pol sekunde zaostal za svojim najboljšim dosežkom in nekoliko tudi za izidom sezone (45,23). Zmagal je Steven Gardiner iz Bahamov (44,58). »Zadovoljen sem z nastopom, četrto mesto na diamantni ligi je dobra uvrstitev in velik uspeh. Čas bi bil lahko malo boljši, ne glede na vse pa v zadnjem času tečem stabilno in podobne izide. Zelo je pihal veter v prvih 200 metrih in 50 metrov pozneje sem bil zelo utrujen, zato bom moral analizirati, kako sem naredil zadnji zavoj. Teka nimam povsem v spominu in čaka me podrobnejša analiza. Moja prva naslednja tekma bo ekipno EP v Izraelu konec prihodnjega tedna,« je pred dnevi povedal Janežič, ki ga čaka še vroče poletje, začel pa ga bo ta konec tedna v Tel Avivu.



Označevanje v industriji

ADHEZIV

VODILNI NA PODROČJU INDUSTRIJSKEGA OZNAČEVANJA IZDELKOV, POLIZDELKOV IN EMBALAŽE



- **NAJBOLJŠI INDUSTRIJSKI INK JET TISKALNIKI NA SVETU** 
– patentirana funkcija SEALTRONIC, nepredušno zapiranje šobe
- **INDUSTRIJSKI VEKTORSKI LASERSKI TISKALNIKI**  **SOLARIS**
ZA TRAJNO MARKIRANJE PROIZVODOV: neizbrisljivo in brez potrošnega materiala
- **TERMALNI (TIJ) INDUSTRIJSKI INK JET TISKALNIKI MARKOPRINT** 
za označevanje embalaže z visoko resolucijo
- **ETIKETIRKE, PRINT&APPLY SISTEMI ...**
- **PRINT&VERIFY, TRACK&TRACE SISTEMI, SERIALIZACIJA, AGREGACIJA**



V Sloveniji in po državah nekdanje Jugoslavije imamo nameščenih več kot 1000 aplikacij različnih sistemov označevanja v vseh industrijah – od avtomobilske, kovinske, plastične, prehrambne do farmacije itd.

S tehnično strokovno podkovanim kadrom pripravimo celoten projekt označevanja »na ključ« – od idejne zasnove projekta do montaže, šolanja, poprodajne aktivnosti servisiranja, oskrbe s potrošnim materialom itd.

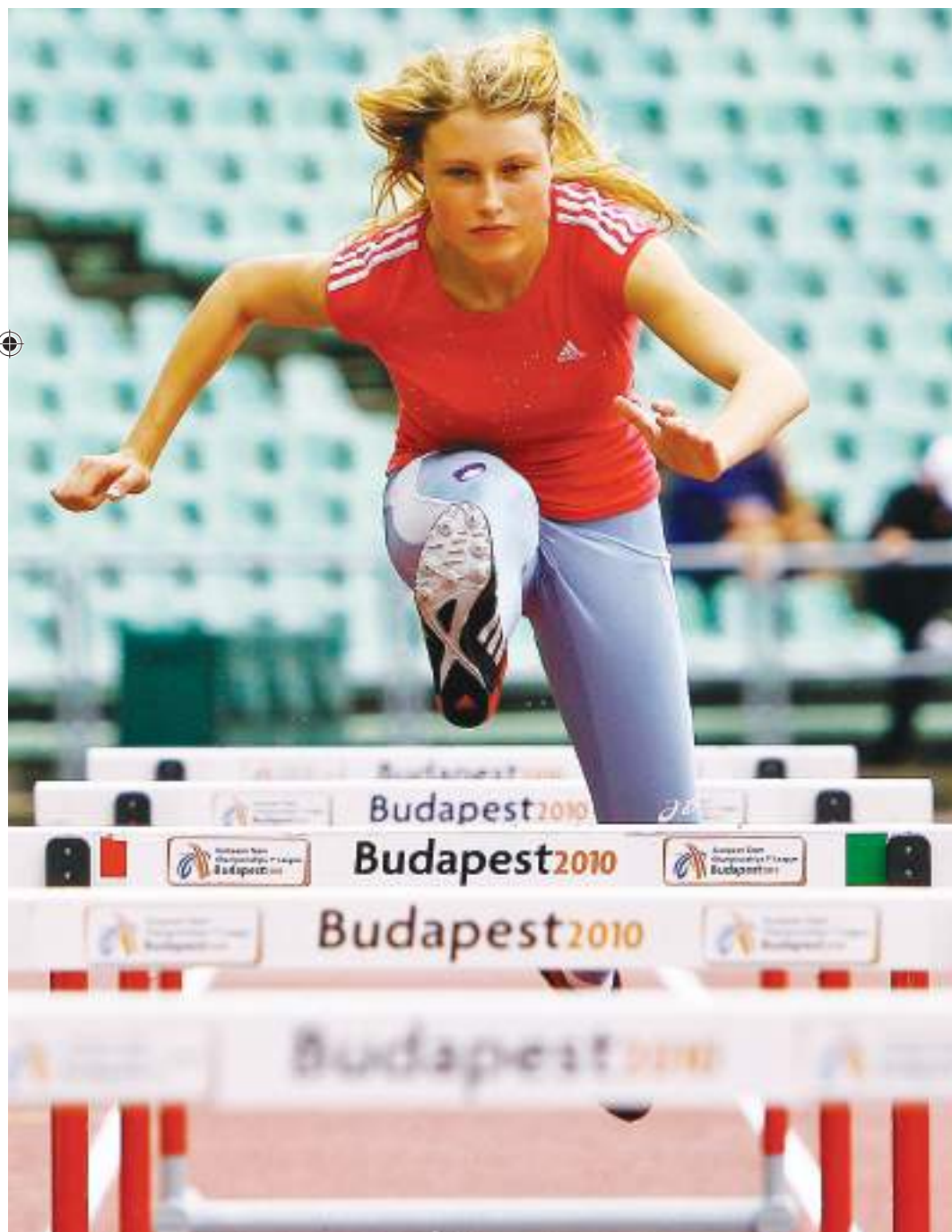
Servisiramo in oskrbujemo s potrošnim materialom vse vrste industrijskih ink jet tiskalnikov.

ADHEZIV d. o. o., Primož pri Šentjurju 24C, 3230 Šentjur, SLO
Tel. +386 3 74 90 740, Faks +386 3 74 90 741, Mob +386 41 612 610
E: vojko.arzensek@adheziv.si, www.adheziv.si

MARUŠA MIŠMAŠ – #VZTRAJAM

Vesela sem, ker vsak dan napredujem

Ena najbolj obetavnih slovenskih atletinj je kariero začela z velikim bumom. Kot zvezda repatica je zablestela najprej na slovenskem, potem pa še na evropskem atletskem nebu.



Začetek kariere vztrajne in izredno marljive Grosupeljčanke je bil kar malce presenetljiv. Z atletiko se je začela ukvarjati pod vodstvom Špele Dizdarevič v domačem AK Špela, leta 2011 pa se je preselila pod okrilje skupine, ki jo je vodil Svetlan Vujasin v AD Mass. In takoj se je začelo dogajati.

Verjetno niti ni bila tako pomembna zamenjava trenerja, ampak Marušin značaj – je delavna, pozitivno trmasta, inteligentna, potrpežljiva, hkrati pa vedno motivirana –, ki je mlado atletinjo popeljal med najboljše v Sloveniji.

Lansko olimpijsko leto je bilo za Marušo zelo stresno. Slovenska rekorderka na 3000 metrov z zaprekami je zaradi težave s tetivo (morala je tudi na operacijo) izpadla iz slovenske odprave za olimpijske igre v Rio de Janeiru, dober mesec pred OI pa tudi na EP v Amsterdamu ni tekla v prvem krogu kvalifikacij. Predlani je osvojila osmo mesto na dvoranskem EP v Pragi, uspešno nadaljevanje sezone pa ji je preprečila poškodba gležnja. Lani jo je ovirala tetiva, zadnjič je tekmovala 30. junija v Ljubljani, vendar v svojem ritmu in v edinem nastopu na 3000 metrov z zaprekami v sezoni slavila z 9:56,96; pred tem je na državnem prvenstvu v Celju osvojila naslova na 1500 in 3000 metrov.

Maruša je pred začetkom letošnje poletne sezone dejala, da zelo pogreša tekmovalni ritem in komaj čaka na nastop po daljšem času.

Bila je zadovoljna, ker je po skoraj enajstmesečni odsotnosti na ekipnem državnem prvenstvu na 5000 metrov (17:09,34) tekla brez bolečin in bila približno pol minute počasnejša od svojega osebnega rekorda.

Zdaj se je po težavah s poškodbo končno vrnila. **»Zelo sem se veselila pravega tekmovalnega vzdušja. Dobro sem se počutila, nisem imela težav, čaka pa me še veliko dela, ki ga zdaj opravljam pod taktirko novega trenerja Tevža Korenta, ki me zna pomiriti in motivirati,«** je dejala Mišmaševa, ki je potem nastopila tudi na mitingu v Zagrebu, kjer je tekla na 800 metrov.

»Vesela sem, ker vsak dan napredujem. Korak za korakom. V Zagrebu sem v teku na 800 metrov z rezultatom 2:09,90 osvojila tretje mesto. Bila je zanimiva tekma in komaj čakam naslednji izziv. Grem samo naprej!« je bila vedno optimistična Mišmaševa.



STORE
ONLINE
MOBILE

Hervis – ponosni sponzor
Maruše Mišmaš in:

Nočna 10ka

NOČNA 10KA
8. 7. 2017

MERKUR^e
ZAVAROVALNICA

Business Run
Ljubljana

Merkur zavarovalnica Poslovni tek Ljubljana

BUSINESS RUN
LJUBLJANA
21. 9. 2017

**ISTRSKI
KOLESARSKI
MARATON**



ISTRSKI KOLESARSKI
MARATON
23. - 25. 9. 2017

KO SE ODLOČIŠ, TE NIČ NE USTAVI.

VSE ZA TEK IN KOLESARJENJE NAJDETE NA:
WWW.HERVIS.SI



Zadnjo tekmo pred nastopom na evropskem ekipnem prvenstvu v Izraelu je Maruša odtekla na mitingu v italijanskem Coneglianu (15. julija). Tekla je na 1500 metrov in v solidni konkurenci zmagala s 4:23,08. »Na mitingu v Coneglianu sem tekmovala v teku na 1500 metrov in zmagala s časom 4:23,08. Konkurenca je bila super in tekma je bila zanimiva od starta do cilja. Res sem uživala. Take tekme so nagrada za ves vložen trud na treningih. Vem, da sva s trenerjem na pravi poti.«

Predana atletiki

Maruša je, ko je bila še čisto majhna, govorila, da bo veterinarica, ker ima zelo rada živali. Sicer pa nikoli ni čisto zares vedela, kaj bi postala. Tudi za vpis na fakulteto se je odločila čisto v zadnjem hipu. V prvem razredu je začela trenirati atletiko. Takrat so se na treningih še bolj igrali in vse skupaj ni bilo tako resno. V devetem razredu je začela trenirati bolj zares v Atletskem klubu Špela v Grosupljem in tam ostala do konca leta 2011. Od takrat pa trenira v Ljubljani. »Zdi se mi, da je bila takšna pot pravilna, najprej atletika skozi igro in kasneje pravi treningi,« je razmišljala Maruša. Na začetku ni bila med najboljšimi v klubu, vendar je hitro napredovala in bila kasneje vedno med boljšimi.

V svojem prvem nastopu za slovensko reprezentanco na ekipnih prvenstvih je leta 2010 v Budimpešti nastopila v teku na nizkih ovirah. Maruša je res spoznala vse discipline. »Ni ravno tipično. Všeč mi je, da sem preizkušala različne stvari. Najprej sem tekla krose in srednje proge. Kasneje sem se preizkusila na 300 metrov z

#vztrajam
#SkupajSmoMočnejši
Ni težko vztrajati, ko je vse v redu, ko gre vse kot po maslu. Pravi izziv je vztrajati, ko gre kaj narobe. Ko si na tleh. Zmagovalec je tisti, ki vztraja tudi takrat, ko ne more več. Kakšna pa je tvoja odločitev? Odloči se. Aktiviraj se! Skupaj smo močnejši.

ovirami in ugotovili smo, da mi gre dobro, zato sem se posvetila krajšim program in oviram. Na koncu se je izkazalo, da sem vseeno bolj vzdržljiva kot hitra, in lani sem se vrnila k daljšim program. Za državno mladinsko ekipno prvenstvo v klubu nismo imeli nikogar, ki bi tekel 2000 metrov z zaprekami, zato so določili mene. Nisem se preveč trudila, ker je bila tekma ravno po poškodbi stopala, zato tudi rezultat ni bil ne vem kako dober, ampak vseeno dovolj hiter, da sem postavila državni članski rekord. Potem na evropskem ekipnem prvenstvu spet niso imeli nikogar drugega za 3000 metrov z zaprekami, zato so izbrali mene, čeprav te razdalje še nikoli nisem tekla. Takrat sem tekla prvič in postavila članski

Marušini tekaški nasveti

Lepo vreme, prijetne temperature in bližajoči se dopust v kopalkah na morju. Ni še prepozno, da se pripravite na poletno uživanje. Nimate motivacije? Zgledujte se po Maruši, ki je z vrha padla na dno, se pobrala in s treningi počasi spet prihaja na vrh. Res sta potrebni vztrajnost in potrpežljivost, toda ...

»Ko sem bila majhna, si sploh nisem želela biti vrhunska športnica. Trenirala sem samo zaradi družbe, in ker mi je mami rekla, da se moram vsaj do konca osnovne šole ukvarjati z enim športom. Nato pa so se v mladinski kategoriji začela velika tekmovanja v tujih državah in postalo je veliko bolj zanimivo. Še vedno pa nisem imela želje, da bi se z atletiko ukvarjala profesionalno. Šele ko sem v tretjem letniku srednje šole začela trenirati v Ljubljani pri svojem nekdanjem trenerju Svjetlanu Vujasinu v ekipi s fanti, sem začela razmišljati o tem, da bi bila lahko vrhunska atletinja.«

Ko je težko, po operacijah in poškodbah, mladi ljudje komaj najdejo motiv, da se vrnejo v šport. »Pride tudi tak dan, ko se počutim, kot da sem čisto brez energije. Ampak vedno si rečem, ko se ti ne da, se moraš samo še bolj potruditi. Pomislim na to, kako bom zadovoljna, ko bom premagala samo sebe in kljub vsemu naredila dober trening. Po težkem treningu grem najraje v ledeno kopel, ki dobro prekrvavi mišice, da se hitreje regenerirajo. Če nimam te možnosti, pa si vsaj stuširam noge z mrzlo vodo in se namažem s hladilnim gelom. Pomemben je seveda tudi stretching po treningu in valjčkanje mišic. Zelo pomemben del regeneracije, ki se ga kar strogo držim, pa je spanje. Vedno grem spat najmanj osem ur pred budičko. Če imam čas, pa si privoščim tudi pol ure spanja med dopoldanskim in popoldanskim treningom. Ravno toliko, da poživi telo in glavo. Daljše popoldansko spanje pa ima že obraten učinek,« je razložila Mišmaševa. Kakšen nasvet pa bi dala začetnikom? »Najtežje je začeti. Ampak že to, da se odločiš, da boš začel teči, je prva zmaga. Začnite počasi in postoma ter ne pričakujte preveč od sebe. Izvajajte vaje tekaške abecede, kot so skiping, striženje, hopsanje ... Te vaje vam bodo zelo pomagale pri izboljšanju tekaške tehnike. V proces vadbe vključite tudi vaje za moč in stabilizacijo. Močnejši trup vam bo dal stabilnost med tekom in vam olajšal korak. Najpomembnejše pa je, da se med tekom sprostite in uživate. Vztrajajte in zagotovo boste opazili napredek. To pa je najboljši občutek!« je zaključila slovenska rekorderka.

#VZTRAJAM



Foto: Anže Vrabl

SKB d.d., Ajdovščina 4, 1513 Ljubljana

Maruša Mišmaš, atletinja

Življenje je nenehno zasledovanje ciljev.

Je tvoj cilj izpit, izguba kakega kilograma, uspešen posel ali morda večje stanovanje?

Kakšna je tvoja odločitev?

Odloči se. Aktiviraj se. Vztrajaj vsak dan!

Takrat se bo zgodilo.

Cilj je mogoče doseči le z vztrajnostjo.

Vztrajajmo skupaj!

Postani #vztrajam ambasador!

www.vztrajam.si

Partner vašega uspeha:



SOCIETE GENERALE GROUP

SKUPAJ
DOSEGAMO VEČ

državni rekord. V tisti sezoni je bil to drugi najboljši rezultat med mladinkami v Evropi. Sicer o rekordih niti ne razmišljam, samo uživam, ko tečem.»

Maruša ima seveda že nekaj kolajn z velikih mladinskih tekem (kros, mladinsko EP v Rietiju, ko je bila druga v teku na 3000 metrov z zaprekami. Kariera se je načrtovano vzpenjala, njen tedanji trener Vujašin pa je dejal: **»V slovenski atletiki imamo diamant, ki ga lahko izbrusimo, da bo svetil na svetovnem atletskem nebu.«** Vsi pričakujejo, da bo v najboljši formi na olimpijskih igrah v Tokiu 2020.

Vrhunska selekcija

Maruša seveda sodi v skupino vrhunskih atletinj in atletov, ki jih Atletska zveza Slovenije še posebej podpira. Ni sicer v najvišjem razredu, saj je imela po res dobrem državnem rekordu maja 2015 veliko zdravstvenih težav.

V vrhunsko selekcijo pri AZS sodijo: Tina Šutej (1. razred), Luka Janežič (1), Robert Renner (1), Maja Mihalinec (1), Maruša Černjul (2), Veronika Domjan (2), Martina Ratej (2), Žan Rudolf (3), Nejc Pleško (3), Marina Tomić (3), Matija Kranjc (3), Maruša Mišmaš (4), Matija Muhar (4) in Barbara Špiler (4). **»Sredstva, ki jih namenimo, niso optimalna, so pa realna. Atleti so razvrščeni v več razredov na podlagi lanskiz izidov. V najvišjem so Renner, Šutejeva, Mihalinec in Janežič, ki so lani dosegli norme za svetovno prvenstvo ali osvojili odličje na evropskem prvenstvu. V drugem so finalisti EP, v tretjem tisti z normami za EP, v tretjem pa poškodovani ali noseče atletinje. Ti bodo dobili skupaj 105.000 evrov,«** je pojasnil predsednik strokovnega sveta AZS Vladimir Kevo.

Predsednik AZS Roman Dobnikar je ponovno izpostavil, da ima ta čas slovenska atletika zelo pomlajeno tekmovalno sestavo, novo generacijo tekmovalcev. **»Petinsedemdeset odstotkov osnovnega zneska iz pogodb so športniki dobili pred začetkom sezone, ker jim je hotela AZS zagotoviti kar najboljše pogoje za vadbo. Petdeset odstotkov je fiksne zneska, ostalo pa je vezano na letošnjo sezono,«** je dejal Dobnikar. Članom prvega razreda je tako na voljo po 9500 evrov na posameznika, drugega 7700, tretjega 4000, četrtega pa po 1700 evrov.

Zdaj po poškodbi spet trenira na polno. **»Veliko treniram. Tečem vsak dan dvakrat, zjutraj tečem bolj lahkotno od štiri do pet kilometrov, popoldne pa nekoliko bolj zahteven trening.«**

Maruša je tako kot pri treningih, delu, učenju in nasploh v življenju bolj asketska tudi pri prehrani. **»Trudim se, da zdravo jem. Zadnja štiri leta ne jem mesa, razen rib, ampak tudi te sem začela,**



ker so mi svetovali, naj jih jem. Počutim se dobro, zato mislim, da je taka prehrana v redu. Ne pijem kave in alkohola. Pockrljam se s čokolado. Belo čokolado imam zelo rada.»

V prostem času se Maruša večinoma uči, posluša glasbo, brska po spletu. Študira laboratorijsko biomedicino. V laboratoriju preiskuje kri, urin in druge biološke vzorce. Njen študij je povezan tudi s športom, saj dopiňške kontrole temeljijo ravno na tovrstnih raziskavah.

In Maruša se vrača na velika vrata. Morda je največji adut slovenske atletike za prihodnja leta, saj niti še ni stara 23 let. Vrnila se je in bo vztrajala. Močna je, saj je prebrodila psihično izjemno naporen čas. Ni vrgla puške v koruzo, ker ima rada atletiko. Ker je rada med zmagovalci, ker vedno hoče izpolniti cilje, ki si jih je zastavila. Zato bo uspela. Zato bomo zanj navijali na olimpijskih igrah v Tokiu čez tri leta.

Sreča je, ko najdeš pot, po kateri z veseljem hodiš. Ni važno, kako daleč je cilj ali kolikokrat se na svoji poti spotakneš. Važno je, da vztrajaš!

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 sklepnega 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.



Maruša Mišmaš

ambasadorica za Pernaton

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



URADNI
REGENERACIJSKI
GEL



PERNATON®

www.pernaton.ch/sl SWISS  MADE

Na voljo v lekarnah, prodajalnah Sanolabor, specializiranih prodajalnah, drogerijah TUŠ in v Hervisu.

facebook.com/PernatonSlovenija

NAJVEČJI MITING V SLOVENIJI – VELENJE 2017

Kralj in kraljica

Velenje bo danes gostilo osrednji slovenski atletski miting leta; pred 22. mednarodnim mitingom se bodo najmlajši ob 14.30 pomerili v programu otroške Pikine atletike, sledilo bo mladinsko in nato večerno člansko tekmovanje, ki se bo začelo ob 19. uri s slovesnim odprtjem nove atletske steze na stadionu Ob Jezeru.

Osrednji imeni mitinga bosta aktualna olimpijska zmagovalca, Hrvatica Sandra Perković v metu diska in Južnoafričan Wayde van Niekerk, ki bo v Londonu avgusta branil tudi naslov svetovnega prvaka na 400 metrov. Van Niekerk je lani v Rio de Janeiru olimpijsko zlato osvojil s svetovnim rekordom 43,03 sekunde in izboljšal prejšnji najboljši čas na stadionski krog enega najboljših športnikov vseh časov Michaela Johnsona iz leta 1999.

Štiriindvajsetletni Wayde van Niekerk je edini atlet v zgodovini, ki je 100 metrov tekel pod 10 sekundami, na 200 metrov pod 20 sekundami in 400 metrov pod 44 sekundami. V Velenju bo nastopil na najkrajši razdalji. Perkovićeva, ki je bila prva tudi na Ol v Londonu 2012, je zaradi svoje prevlade v svoji disciplini ena najboljših atletinj na svetu v zadnjem obdobju. Nastopil bo tudi odlični bosanski tekač na 800 metrov Amel Tuka ter še nekaj vrhunskih tekmovalcev iz Afrike.

Po besedah sekretarja mitinga Luke Steinerja si želijo, da bi ne glede na vsakoletno zniževanje sredstev pripravili takšno tekmovanje, da bi najboljši slovenski atletinje in atleti lahko imeli na njem zelo dobro konkurenco.

»Sredstva za miting so vsako leto manjša, poleg velenjske občine in Atletske zveze Slovenije imamo na srečo še vedno tudi dobro podporo drugih partnerjev. Poleg Perkovićeve bo tako tekmoval tudi van Niekerk, ki bo skušal doseči najhitrejši tek na 100 metrov v Sloveniji doslej. To bo gotovo vrhunec mitinga. Tudi sicer bo zaradi našega dobrega sodelovanja iz preteklosti prišla zelo močna južnoafriška ekipa,« je pojasnil Steiner in dodal, da v zadnjih letih velenjski rudnik ni več pokrovitelj in tudi miting ni formalni del rudarskega praznika, čeprav imajo rudarji miting še vedno za svojega.



Miting v Velenju, kjer so po dobrih dveh desetletjih dobili novo atletske stezo, od lani nima več licence najvišje ravni mitingov Evropske atletske zveze (prej se je dičil z nazivom classic, zdaj pa ima naziv permit). Kot je opozoril Steiner, predvsem zaradi bistvenega zmanjšanja sredstev ni možno zagotoviti vseh standardov najvišje ravni, ki jih zahteva EA. Za letos bo na voljo 80.000 evrov, slabih 10 odstotkov manj kot lani ter pol manj kot v najboljših časih še pred nekaj leti.

Med tistimi, ki se veselijo velenjskega mitinga, je tudi olimpijka iz Ria Maruša Černjul, ki bo na tem tekmovanju prvič. **»Moja pripravljenost je vse boljša, na treningih se tehnično in psihično bližam izidom, ki bi jih rada dosegla,«** je dejala članica celjskega Kladivarja, ki bo lovila normo za SP v Londonu v skoku v višino (1,94 m).

Druga olimpijka, Maja Mihalinec, članica velenjskega kluba, zaradi poškodbe ne bo mogla tekrovati, kot je v preteklih letih. **»Zadnjih nekaj let treniram bolj ali manj v Ljubljani, toda v Velenju je še vedno 'moj' stadion in tam je tudi moj najljubši miting, na katerem je vedno veliko gledalcev, ki se jim bom tokrat pridružila tudi sama. Upam, da bom lahko čim prej začela tekrovati,«** si je zaželela Mihalinec.

Predsednik AZS Roman Dobnikar je ob koncu navedel, da bodo Velenjčanom še naprej pomagali pri izvedbi mitinga. **»Tako bomo podprli tudi druge, če bodo prišli na podobno raven. Ostajamo partnerji Velenja, ker je miting zelo pomemben za AZS,«** je dejal Dobnikar.

Nastopila bo večina najboljših slovenskih atletinj in atletov ali pa bodo vsaj na mitingu. Luka Janežič je v nedeljo tekel na diamantni ligi v Stockholmu, zato bi bila, če bi tvegala z nastopom, nevarnost poškodbe prevelika. Bo pa nastopil ves preostali cvet slovenske atletike, saj je miting v prvi vrsti namenjen njim – Martina Ratej, Tina Šutej, Maruša Mišmaš, Anita Horvat ... in Matija Kranjc, Robert Renner, Jan Petrač, Žan Rudolf ... Prav slednji bi se rad v Velenju vrnil na veliki oder. Žan trenira v Bussolengu v bližini Verone v skupini italijanskega trenerja Giannija Ghidinija, ki se ji je pridružil tudi Jan Petrač. **»Po poškodbi zdaj treniram neovirano, junija pa sem začel hoditi na bolj resne tekme. Moj cilj je tek pod 1:46 in upam, da mi bo uspelo teči državni rekord na mitingu v Velenju, kjer je vedno dobra tekma,«** je dejal Rudolf.





VIDIM

OČESNI CENTER CELJE

ŽIVLJENJE BREZ OČAL?

EDINI Z VSEMI METODAMI ODPRAVE DIOPTRIJE



Telefon: 059 230 961 | E-pošta: ambulanta@vidim.si | www.vidim.si | Mariborska cesta 88, Celje

SLOVENSKA VOJSKA

Športniki so boljša reklama od reklam



Jure Velepec, nekdanji vrhunski športnik, jugoslovanski in slovenski reprezentant, ki je nastopal na štirih olimpijskih igrah (1984 v Sarajevu, 1988 v Calgaryju, 1992 v Albertvillu in 1994 v Lillehammerju), je danes podpolkovnik in vodja športne enote Slovenske vojske.

V Slovenski vojski je trenutno zaposlenih 65 slovenskih športnikov in trenerjev. »Imamo 70 mest za zaposlitev slovenskih športnikov in trenerjev. Trenutno je zaposlenih šest trenerjev in 59 športnikov, v postopku zaposlitve pa je še peterica športnikov, ki bodo dobili službo do konca leta. V Slovenski vojski vse skupaj zaradi postopkov traja nekaj dlje, v nekaj mesecih pa bo zaposlena tudi ta peterica,« je najprej povedal Velepec, ki seveda zelo dobro pozna življenje športnika, saj je bil sam vrhunski biatlonec.

Športniki imajo obveznost, da nastopijo na svetovnih vojaških igrah v tistih športih, ki so pač na sporedu vojaških iger, saj je v vojski zaposlenih tudi nekaj takih športnikov, ki tekmujejo v športih, ki jih ni na sporedu vojaških iger. »Imajo obvezno tridnevno usposabljanje. Enkrat letno se morajo udeležiti usposabljanja osnovnih vojaških vrlin – nošenje uniforme, pozdravljanje ... To je zato, ker jih pošiljamo na vojaška prvenstva. Potem imamo nekaj dni nastopanja v javnosti, en del pa je promocijski, ko športniki pridejo v vojaške enote – k specialcem, k mornarjem ..., kjer se seznanijo z vojaki in posebnimi veščinami. To po navadi izkoristimo tudi medijsko in povabimo novinarje, da se družijo z nami,« je razložil podpolkovnik, kar je čin na ravni poveljnika bataljona.

Kaj pa sploh pomeni za Slovensko vojsko, da so pri njih zaposleni športniki? »Seveda je del družbene odgovornosti do športa, športniki pa nam zelo pomagajo, ko sodelujejo pri promocijskih dejavnostih Slovenske vojske. Za promocijske dejavnosti si športnik lahko izbere štiri dni v letu in moram reči, da se tega zelo radi udeležijo. To so vojaški sejmi, predstavitev za nove vojake, dobrodelne prireditve, dnevi odprtih vrat po vojašnicah ... Zelo dobro sodelujemo s športniki, da si sami izberejo termine, ko se bodo udeležili promocijskih obveznosti, da jim ne moti ritma treninga ali celo tekmovalništva,« je še povedal Velepec.

V Slovenski vojski so zaposleni športniki iz



vseh mogočih športov, tako letnih kot zimskih. »Zaposlenih imamo več športnikov iz letnih športov, ker jih je seveda več. Imamo pa tudi nekaj zaposlenih športnikov, ki prihajajo iz zimskih športov – tri biatlonce, dve skakalki, saj sta na novo zaposleni Maja Vtič in Špela Rogelj, Filipa Flisarja, v postopku zaposlitve sta alpska smučarja Štefan Hadalin in Žan Kranjec, iz smučarskega teka prihaja Lea Einfalt. To so naši zimski športni junaki,« se je nasmejal podpolkovnik Velepec, ki je poveljnik športne enote.

Jure Velepec kot nekdanji vrhunski športnik seveda zelo dobro razume potrebe športnikov, poleg tega pa je prešel celo v vojaško hierarhijo. »To je seveda moja velika prednost, da sem bil vrhunski športnik in da sem hkrati dal skozi celotno vojaško kariero – od podčastnika, dela na misiji v Bosni in Hercegovini do sodelovanja pri različnih projektih. Razumem šport, ker sem bil sam športnik, poleg tega pa mi pomaga nekdanji vrhunski atlet Igor Primc, ki je zaposlen pri meni v poveljstvu. On skrbi za aktivnosti športnikov v Slovenski vojski. To je idealna kombinacija, saj je že dolgo v vojaškem sistemu, poleg tega pa je bil vrhunski športnik in začuti vse potrebe, ki jih imajo.«

Država oziroma Slovenska vojska da športnikom socialno varnost, kar je za športnike zelo

pomembno. Predvsem pa je to sporočilo mladim in drugim, da vojski in državi ni vseeno za šport. »V Slovenski vojski se osredotočamo predvsem na športe, v katerih tekmovalke in tekmovalci ne služijo velikih vsot denarja. V preteklosti smo imeli zaposlene tudi druge športnike. Tina Maze je bila zaposlena v vojski, preden je šla med policistke, zaposleni so bili tudi profesionalni kolesarji, Brajkovič, Mezgec, in ostali. Toda ko so podpisali profesionalne pogodbe, so bili sami toliko poštenji, da so se odpovedali zaposlitvi v vojski. Tako lahko damo priložnost drugim mladim športnikom, ki jim lahko ta zaposlitev pomeni eksistenco in nadaljnje ukvarjanje s športom,« je še razložil štirikratni udeleženec olimpijskih iger.

In res je, športniki, ki so zaposleni v Slovenski vojski, s ponosom nosijo našetek, da zanje skrbi tudi naša vojska. »Izpostavil bi Flisarja, ki se res z vsem srcem razdaja za nas in pride večkrat, kot je potrebno. Kadarkoli kaj organiziramo, vsi hočejo Flisarja, ker poskrbi za res pravo vzdušje, za šov. Pride v uniformi in to petnajstkrat na leto, če je treba. Nekateri imajo v sebi pač več tega, drugi manj. Ljudje smo si različni in jaz to razumem,« se je spomnil Velepec, ki je poudaril, da športniki naredijo za Slovensko vojsko večjo promocijo kot dragi reklamni spoti. Bolj učinkovito je in ljudem, pa tudi športnikom, bolj prijazno.



VOJAK / VOJAKINJA



POKLIC ZA SMELE LJUDI

Prijave pošljite prek e-prijave na

www.postanivojak.si

ali jih posredujte na najbližjo upravo
oziroma pisarno za obrambo.



SLOVENSKA VOJSKA
PONOSNI NASE

KGT PAPEŽ

Ponosni organizator 16. EP v gorskih tekih

Klub gorskih tekačev Papež se ponaša s 16-letno tradicijo delovanja. Mira in Dušan Papež sta ga ustanovila predvsem za mlade, da bi koristno in zdravo preživljali prosti čas v naravi. Od ustanovitve z zanesenjaki je klub prerasel v društvo, ki je poznano in spoštovano v atletskih krogih doma in v tujini.

S svojim poštenim in predanim delom skrbi za vse člane: od mlajših deklic in dečkov do mladincev, članov in veteranov. Vsak je enako pomemben, veselimo se napredka vsakega posebej. Iz pregovora »važno je sodelovati, ne zmagati« je posledično z rednimi, načrtovanimi treningi prerasel v klub z izjemnimi dosežki tako med mladimi kot v članski in veteranski kategoriji. Športno udejstvovanje pa pomeni tudi druženje, številne družine so našle svoj nov življenjski slog; trenerji velikokrat opravljajo tudi delo učitelja in vzgojitelja. Ponosni smo na njihovo delo, saj je delo z otroki in mladostniki zahtevno, se družijo z njimi na pripravah in taborih ter jim tako privzgaajo pozitivne vrednote.

V klubu je več kot 150 članov, 78 aktivnih tako v gorskem teku, »sky raceih«, vertikal kilometrih kot v gorskih maratonih. Predvsem pa smo ponosni na mlade (26), ki v različnih kategorijah pridno trenirajo pod vodstvom prizadevnih trenerjev in dosegajo zmagovalne stopničke na lokalni, državni in mednarodni ravni. Klub vsako leto doseže okoli 20 kategorizacij mladinskega, državnega, mednarodnega in svetovnega razreda. Ponaša se z odličnimi in prestižnimi naslovi atletov svetovnega razreda, kot so Mitja Kosovelj, ki je posegel po medaljah od zmagovalca svetovnega prvenstva v gorskem maratonu do bronu, prvi kralj Grintovca Marjan Zupančič, aktualni kralj Nejc Kuhar na enem najzahtevnejših gorskih tekov v Evropi, legenda gorskega teka Franci Teraž z rekordnimi teki na Triglav ter na številnih domačih in tujih maratonih, Ana Čufer, članica srebrne ženske štafete v gorskem maratonu ... Mitja Kosovelj in Miran Cvet se ponašata z naslovom najgorski tekač, izjemne rezultate pa člani dosegajo tudi zunaj okvira gorskega teka (Marjan Zupančič in Klemen Triler, rekordno po Slovenski planinski transversali), denimo prestižne naslove tekačev na teku po stopnicah (Matjaž Mikloša, Simon Novak).

V klubu skrbimo za svoje člane (startnine, kilometrina, priprave, trenerstvo), jim omogočamo prevoz na tekme, skrbimo za klubska oblačila, da kot rumenčki častno zastopajo klub. Več kot 15 članov KGT Papež je že nosilo reprezentančni dres



na številnih evropskih in svetovnih prvenstvih, kjer so častno zastopali klub in Slovenijo v svetu.

Klub je tudi organizator letos že 22. gorskega teka k sv. Primožu v organizaciji Ivana Urha, ki je član kluba od ustanovitve, najprej kot aktivni tekač, zdaj tudi kot trener in organizator. Prestižni tek na Grintovec je poznan doma in v svetu kot eden najzahtevnejših tekov, sedemkrat je bil uvrščen v svetovni pokal v gorskih tekih. Je tek s srcem in dušo, pri organizaciji pomaga prek 200 prostovoljcev, tek, ki preraste v gorsko-tekaški praznik celotne doline po kamniškimi planinami ...

Dušan Papež, predsednik kluba, se zaveda njihovega dela in tudi izjemnega dela celotne njegove družine. Obe tekmi štejeta za Tekški pokal občine Kamnik, slovesno zaključno prireditve vedno pripravi KGT Papež. Je tudi organizator priljubljene zimske lige, v kateri se družijo rekreativci in pohodniki na progi do sv. Primoža.

Leta 2010 je klub organiziral 21. svetovno prvenstvo v tekih na Veliko planino. Tekma je tekmovalcem ostala v lepem spominu in odmevala

v svetu športa, z odlično organizacijo, predvsem pa s srčnostjo in predanostjo smo ponesli ime Slovenije častno v svet.

Od 6. do 8. julija bo KGT Papež organiziral največjo atletsko prireditev v Sloveniji: 16. evropsko prvenstvo v gorskih tekih na Veliko planino. Kamnik bo gostitelj 25 evropskih reprezentanc, ki bodo tekale na Veliko planino. Proga Stranje–sv. Primož–Mala planina–Gradišče se je že pred šestimi leti tekmovalcem vtisnila v spomin kot ena najlepših in najbolj slikovitih, edinstveno Veliko planino pa bomo letos ponovno ponesli v svet. Start teka članov-representantov bo v Eko Resortu. Proga bo vodila mimo cerkvice sv. Primoža in Pasjih pečin do Male planine ter cilja na Gradišču na Veliki planini (12 km, 1200 m višinske razlike). Glede na različne kategorije bosta še dva starta na isti progi, in sicer za članice in mladince na sv. Primožu ter za mladinke na Kisovcu. Na tej progi bo tudi start tekačev na open race tekmah.

Kar sedem tekačev KGT Papež bo obleklo reprezentančni dres Slovenije.

Zakaj teči kot reprezentant ali kot tekač na open raceu:

- tek na progi evropskega prvenstva, ki jo častno organizira tvoj klub, je posebna čast;
- na teku čutiš zanos in ponos, ker si del mednarodne tekaške prireditve;
- s tekom dokažeš, da spoštuješ izjemen trud, zagnanost in prizadevnost organizatorja.

Tekaški spektakel bodo spremljale tudi spektakularne spremljajoče prireditve na Stadionu prijateljstva v Kamniku: 7. 7. ob 18. uri – slovesno odprtje z mimohodom in predstavitev reprezentanc ter kulturnim programom; 8. 7. ob 18. uri – svečana razglasitev in podelitev medalj najboljšim evropskim tekačem.

Dušan Papež, direktor prireditve, je prepričan: **»Vsi skupaj: mi kot organizatorji, tekači z množičnim tekom, številni spremljevalci in navijači ob progi ter na prireditvah lahko ponovno ponesemo ime prireditve in Slovenije častno v svet. Bodimo častni in ponosni promotorji atletike in gorskega teka v svetu!«**



ENERGIJO NARAVE PREVAJAMO V ELEKTRIKO.



V O D A + S O N C E + J E D R S K A E N E R G I J A



Valovanje je izmenjava energije med delci snovi. Gibanje vode, svetloba, toplota so valovanja, trajnostni viri energije, ki omogočajo življenje. V skupini GEN ta valovanja zanesljivo, varno in okolju prijazno spreminjamo v električno energijo, s katero oskrbujemo porabnike.



S K U P I N A

www.gen-energija.si

EVROPSKO PRVENSTVO V GORSKIH TEKIH BO V SLOVENIJO PRIPELJALO TEKAČE IZ 24 DRŽAV

Velika tekma na Veliki planini za velika srca

Slovenija bo v letu 2017 gostila EP v gorskih tekih na Veliki planini, ki bo potekalo v skupni organizaciji AZS, Evropske atletske zveze in Kluba gorskih tekačev Papež ter Združenja za gorske teke pri AZS.

Prvenstvo bo potekalo od 7. do 9. julija 2017, intenzivnost priprav na tekmovanje pa je že v sklepni fazi. V začetki junija sta bila v Sloveniji predstavnika Evropske atletske zveze (EA) Ede Rutkovszky (tehnični delegat) in Aditya Kumar (vodja projektov), ki sta si ogledala del prizorišč in skupaj z organizatorji dorekla še zadnje podrobnosti glede izvedbe tekmovanja.

»Leto 2017 bo za slovensko atletiko posebno in izjemno pomembno z več vidikov. Naši atleti so že začeli nastopati na največjih tekmovanjih evropske in svetovne ravni, kjer Slovenija beleži kontinuirane nastope atletov na najvišji ravni. V organizacijskem smislu pa bo prav gotovo izstopala organizacija evropskega prvenstva v gorskih tekih na Veliki planini, saj gre za enega najpomembnejših mednarodnih atletskih dogodkov v Sloveniji v prihodnjih letih, na katerem si Slovenija upravičeno obeta dobre uvrstitve, o čemer govori tudi pogled na bogato statistiko. Tekmovanje prav tako pomeni izvrstno promocijo Velike planine in okolice, ki slovi po svoji lepoti in pestrosti terena, ob tem pa naj izpostavim tudi izjemno angažiranost Občine Kamnik, ki je vredna vse pohvale. Dejstvo, da bo dogodek letos gostila Slovenija, pa je tudi dokaz zaupanja in velika pohvala izjemnim organizatorjem KGT Papež,« je na predstavitvenem dogodku prvenstvo strnil predsednik AZS Roman Dobnikar.

24 reprezentanc, 250 nastopajočih

Prvenstvo bo eden najpomembnejših športnih dogodkov na evropski ravni v Sloveniji v prihodnjih letih, udeležilo pa se ga bo kar 24 evropskih reprezentanc. Nastopilo bo okrog 250 tekmovalcev, skupaj s spremljevalci in obiskovalci bo to za Kamnik pomenilo več tisoč obiskovalcev.

Proga in spremljevalne aktivnosti

Vodja tekmovanja Dušan Papež zagotavlja, da je vse pripravljeno za prvenstvo in bi lahko EP izvedli že jutri. Poudarja, da bo proga zelo



zanimiva in nekoliko drugačna, kot je bila na SP leta 2010. Osmega julija bo tako start teka na Veliko planino v Eko Resortu, proga bo vodila mimo cerkvice Sv. Primoža in Pasjih pečin do Male planine ter cilja na Gradišču na Veliki planini. Na 12-kilometrski progi tekmovalce čaka preizkušnja s 1295 metri višinske razlike. Glede na različne kategorije bosta še dva starta na isti progi, in sicer za članice in mladince na Prelesnikovi domačiji pod sv. Primožem ter za mladinke na Kisovcu. Za ostale tekače bo na dan prireditve tudi »open race« tekma.

Ob tekmi bodo tudi spremljajoče promocijske prireditve. Na Stadionu prijateljstva v Mekinjah bo tako v petek, 7. julija, potekalo svečano uradno odprtje s sprevedom in predstavitvijo vseh reprezentanc, pred osrednjo prireditvijo pa bodo tudi promocijske prireditve.

»Proga bo zelo težka in velik izziv za nastopajoče, vemo pa, da so organizatorji zelo izkušeni. S tehnične strani bo prvenstvo nedvomno zelo dobro organizirano,« sta ob obisku menila Rutkovszky in Kumar.

Bogata statistika slovenskih uspehov

Slovenija si na tekmovanju upravičeno obeta tudi dobre uvrstitve, o čemer priča tudi pogled na statistiko: v zadnjih 10 letih so slovenski gorski tekači in tekačice na EP v gorskih tekih pritekli do štirih medalj v članski konkurenci (Mateja Kosovelj, srebro, Male Svatonovice 2006; Mateja Kosovelj, srebro, Gap 2014; Lucija Krkoč bron, Bursa 2011; Mateja Kosovelj, bron, Borovets 2013) in prav toliko v mladinski konkurenci. Optimizem vzbuja tudi preteklo leto, ki je bilo za slovenske gorske teke eno uspešnejših do zdaj. Na svetovnem prvenstvu v gorskem maratonu (Podbrdo, julij 2016) je bil dosežen eden največjih slovenskih uspehov gorskega teka v zgodovini. Lucija Krkoč in Mitja Kosovelj sta si priborila bronasti posamični medalji, tudi ekipno je Slovenija v ženski konkurenci stopila na tretjo stopničko zmagovalnega odra.

Predsednik Združenja za gorske teke pri AZS Tomo Šarf poudarja, da so bili pred 25 leti postavljeni slovenski temelji gorskega teka pri nas na Šmarni gori, v tem času pa je bilo osvojenih 56

medalj na SP in EP. »Obeta sem nam lepa tekma, vendar zaradi vse močnejše konkurence ne smemo biti razočarani, če ne bo medalje. Toda prepričan sem, da bodo slovenski predstavniki uspešno zastopali slovenske barve,« je o slovenskih pričakovanjih povedal Šarf.

KGT Papež – izkušeni organizator tekem na najvišji ravni

Klub gorskih tekačev Papež se je kot izvajalec tekmovanja izkazal že v preteklosti z organizacijo številnih tekem na najvišji svetovni ravni. Med drugim je organiziral svetovno prvenstvo, ki je bilo v Sloveniji leta 2010, vsako leto pa se vpiše med uspešne organizatorje tekem tudi na nacionalni ravni.

Pred 16. evropskim prvenstvom v gorskih tekih na Veliko planino je v OŠ Stranje potekala uvodna prireditev V pričakovanju evropskega prvenstva. Organizator Klub gorskih tekačev Papež jo je pripravil v sodelovanju z OŠ Stranje.

Polna dvorana krajanov, učiteljev in učencev, staršev, nagrajencev, mentorjev, prostovoljcev in predstavnikov lokalne, slovenske in evropske atletike je bila priča, da kraj živi in diha z bližnjim evropskim prvenstvom. Celotno šolsko leto je bilo v znamenju Velike planine. Učenci so izdelovali izdelke na temo Velike planine in zastave 24 držav udeleženk ter Veliko planino spoznavali skozi kulturo in ples. Boris Jemec, ravnatelj šole, ki je tudi član organizacijskega odbora za EP, je v govoru poudaril: **»Otroke moramo učiti gibanja in spoštovanja do narave. Učence smo na tak način pripravljali na veliko atletsko prireditev, ki bo potekala v našem kraju, in smo na to ponosni.«**

Dušan Papež, direktor prireditve, je na dogodku podaril, da organizacija tako pomembne prireditve pomeni veliko čast in tudi obveznost. Dobro se zaveda, da ima za seboj srčno in predano ekipo prostovoljcev in da le tako lahko organizira tako veliko prireditev, ki preraste v gorsko-tekaški praznik celotne doline. Kot velik občudovalec Velike planine pa je obljubil, da bodo kljub množičnosti tekačev, navijačev in obiskovalcev ohranili njeno neokrnjenost in prvinskost.

Na izbirni tekmi zablestel veteran Cvet

Prvo junijsko nedeljo je potekal tek na Ratitovec, druga tekma letošnjega pokala v gorskih tekih. Tek je hkrati štel za izbirno tekmo za izbor reprezentance, ki bo zastopala Slovenijo na evropskem prvenstvu julija na Veliki planini.

V moški konkurenci so se tekmovalci pomerili na poti, dolgi 11,1 kilometra, z višinsko razliko 1170 metrov. S tekmo je najbolje opravil 49-letni Miran Cvet, v zadnjem obdobju najuspešnejši gorski tekač pri nas, ki je progo premagal v času 1:04:26. Drugi je bil Rok Bratina s časom 1:06:04, tretji pa Gašper Bregar. Četrto mesto, ki še zagotavlja nastop na letošnjem EP, je zasedel Luka Kovačič. Med dekleti je bila najhitrejša Mojca Koligar (ŠD Kekec in Mojca) s časom 54:40. Na drugo mesto se je uvrstila Klementina Lemut (ŠD Nanos) s časom 55:11, tretja je bila Jasmina Jelovšek (KGT Papež), ki je s progo opravila v času 57:20, četrta pa Mihaela Tušar (ŠD Nanos) s časom 58:10. Reprezentanco bo dokončno potrdilo še Združenje za gorske teke Atletske zveze Slovenije.

Leto 2017 bo za slovensko atletiko posebno in izjemno pomembno z več vidikov. Naši atleti so že začeli nastopati na največjih tekmovanjih evropske in svetovne ravni, kjer Slovenija beleži kontinuirane nastope atletov na najvišji ravni. V organizacijskem smislu pa bo prav gotovo izstopala organizacija evropskega prvenstva v gorskih tekih na Veliki planini, saj gre za enega najpomembnejših mednarodnih atletskih dogodkov v Sloveniji v prihodnjih letih, na katerem si Slovenija upravičeno obeta dobre uvrstitve, o čemer govori tudi pogled na bogato statistiko.

Roman Dobnikar

EUROPEAN ATHLETICS
YOUR SPORT FOR LIFE

EUROPEAN MOUNTAIN RUNNING CHAMPIONSHIPS
Kamnik 2017
8. 7. 2017

16th EUROPEAN MOUNTAIN RUNNING CHAMPIONSHIPS
Kamnik • Velika planina • SLOVENIA • 8.7.2017

HOST INSTITUTIONS

HOST CITY

www.emrch2017-kamnik.si

MLADI UPI – AGATA ZUPIN

Za vrhunske rezultate je treba sestaviti mozaik

Agata Zupin je v zadnjih dveh sezonah z uspehi opozorila nase na skoraj vsaki tekmi, na kateri je nastopila. Čeprav je z 19 leti še mladinka, dosega zavidljive uspehe tudi že v članski konkurenci, najbolj pa je presenetila z izpolnjeno normo za SP v Londonu.

V teku na 400 metrov ovire je lani postala slovenska državna prvakinja in pokalna zmagovalka v tej disciplini med članicami. Na finalu Atletskega pokala Slovenije je s tremi osvojenimi medaljami postala tudi najuspešnejša posamezna atletinja. Lansko sezono si bo zapomnila po dvobojih v tej disciplini z Anejo Simončič, s katero sta bili tudi članici tričlanske slovenske odprave na mladinsko SP. Agata je s časom 1:02,08 v kvalifikacijah pritekla do šestega mesta v svoji skupini in skupno osvojila 36. mesto.

Tudi letos je že v dvoranski sezoni začela odlično. Na 400 metrov je na dvoranskem državnem prvenstvu februarja za desetinko zaostala za normo v teku na 60 metrov in sekundo v teku na 400 metrov za EP v Beogradu, 4. februarja pa je v okviru dvoranskega prvenstva Slovenije za starejše mladinke in mladince v Celju zmagala na 60 metrov in s časom 7,50 postavila osebni rekord. V Mariboru je maja v disciplini 400 metrov odtekla nov osebni in hkrati srednješolski in mladinski rekord v disciplini 400 metrov, s svojimi rezultati pa je med trenutno petimi atletinjami, ki nas bodo letos zastopale na evropskem prvenstvu za mladinke in mladince od 20. do 23. julija v Italiji.

Agata, več let ste trenirali plavanje, nato ste se rekreativno ukvarjali tudi z jahanjem. Kaj vas je tako navdušilo, da ste se nato izmed vseh športov zaljubili prav v atletiko?

Že v osnovni šoli me je učitelj športne vzgoje želel navdušiti za atletiko. V sedmem razredu sem se odločila za veliko spremembo in šla iz bazena na stadion. Začela sem trenirati v Atletskem klubu Satler in sem atletiko spoznavala skozi igro. Sčasoma so mi treningi prirasli k srcu.

Kdo so ljudje, ki so vam pomagali, da se pri 19 letih že lahko ponašate s toliko lovorikami? Kdo vas motivira, da s takšnim zanosom premagujete vsakodnevne izzive?

Vsak športnik potrebuje dobro ekipo in jaz vem, da jo imam, kajti za dosego vrhunskih rezultatov je treba sestaviti kompleten mozaik; od treningov, počitka, regeneracije do fizioterapije. Moj trener je Damjan Zlatnar, s katerim sodelujem že četrto leto, in zelo uspešno prenaša svoje izkušnje in znanje. Ima posebno energijo in verjame vame, kar pripomore k vsakemu težkemu treningu. Za mojo maksimalno in hitro moč je odgovorna ekipa KinVital v Domžalah, že leto in pol sodelujemo z Luko Hrenom in Urošem Kožarjem. Redno obiskujem tudi fizioterapevta Petra Hribarja, ki mi pomaga s terapijami in regeneracijo mišic. Verjamem, da je vsak trud poplačan z dobrim rezultatom, in iz tega izvira moja motivacija.

Življenje atleta je zelo naporno. Glede na to, da vedno posegате tudi po najvišjih rezultatih, je pritisk verjetno še večji. Kako se spopadate z vsemi napori, ki spremljajo življenje atletinje in hkrati gimnazijke?

Najvišji rezultati v Sloveniji mi še ne pomenijo dovolj, želim doseči norme za največja članska mednarodna tekmovanja. Zelo težko je usklajevati vse, saj mi treningi vzamejo večino energije. Na gimnaziji Domžale mi ves čas stojijo ob strani in se zelo prilagajajo glede treningov.

Kako so videti priprave na tekme? Imate kakšne posebne rituale, načine sproščanja pred tekmo ...?

Nimam posebnih priprav. Poslušam glasbo. Dva dneva pred tekmo pa grem na masažo.

Vztrajno lovite rekorde ene najboljših slovenskih tekačic na 400 metrov Brigite Langerholc. Nedavno ste presegli njen mladinski rekord, v konkurenci mlajših članov, ki se vam bliža, je njen rekord pred kratkim izboljšala Anita Horvat. Ste že spoznali Brigito in se vam zdi mogoče doseči ali celo preseči njene uspehe?

Osebnost sicer ne poznam Brigite, bi jo pa rada spoznala. Verjamem, da je močno delala za te dobre rezultate. Z rekordi se ne obremenjujem, želim pa si napredek tako na treningih kot na tekmovanjih. Kot sem že omenila, mislim, da je vsak trud poplačan, potrebni so samo motivacija za delo in konstantnost treningov.

Kako bi primerjali tekmovanja doma z velikimi mednarodnimi tekmovanji, s katerimi imate že veliko izkušenj? Kakšne so razlike z vidika treme, motivacije, priprav?

Pred vsako tekmo je prisotne nekaj treme, ne glede na to, ali je tekma doma ali v tujini. Veliko mi pomeni, da je na tekmi prisoten tudi trener. Želja pa je na vsaki tekmi enaka.

Atletinje slovite kot lepe športnice, tudi sami ste se podali v »lepe« vode in se potegovali za naziv mis športa. Kakšne prednosti lahko po vašem mnenju mladim športnicam prinese takšno združevanje lepote s športom?

Za tekmovanje mis športa sem se odločila, ker sem si želela pridobiti novo izkušnjo. In ni mi žal, kajti spoznala sem veliko prijetnih deklet.

Vaš moto: Pot je strma, toda cilj je lep! Z nedavno izpolnjeno normo za SP na 200 metrov ste postali eno najbolj prijetnih presenečenj slovenske atletike v 2017. S tem so se verjetno tudi vaši letošnji cilji spremenili? Boste glede na to spremenili tudi dinamiko priprav?

Cilj ostaja vedno isti, in sicer čim boljši rezultat. Moji načrti se z izpolnjeno normo za SP niso spremenili, prvi cilj še vedno ostaja nastop na evropskem mladinskem prvenstvu, ki je dva tedna pred svetovnim prvenstvom. Norma je lepa potrditev vloženega truda in dela. Trenutno s treningi ne bomo nič popuščali, kajti do evropskega prvenstva je še več kot mesec dni in časa za lovljenje najboljših forme je še dovolj.



GREMZVLAKOM 



Zagreb 9 €

Reka 9 €

Pulj 19 €

Beograd 29 €

Budimpešta že od **9 €**

Dunaj že od **29 €**

Zürich že od **39 €**

München že od **29 €**

Frankfurt že od **49 €**

Praga že od **39 €**

 **Slovenske železnice**
www.slo-zeleznice.si

Navedene cene veljajo za enosmerne vozovnice iz Ljubljane, do 9. 12. 2017.
Število nizkocenovnih vozovnic je omejeno.

MLADI UPI – MITJA KORDEŽ

Koroški 'Bolt' s harmoniko na prsih

Mitja Kordež, član AK Slovenj Gradec, ki vadi pod vodstvom Uroša Verhovnika, je bil s svojimi dosežki ob koncu minule sezone izbran za najboljšega slovenskega atleta v starostni kategoriji pionirjev. Mladi tekač se je izkazal tako na domačih kot že na mednarodnih prizoriščih.

Z zmago na 100 metrov je bil najuspešnejši slovenski posameznik med fanti na tradicionalnem peteroboju pionirskih reprezentanc v slovaški Trnavi septembra 2016. Na tekmi so sodelovale reprezentance Češke, Hrvaške, Madžarske, Slovenije in Slovaške. Na domačem prizorišču je lani januarja postavil državna dvoranska rekorda v teku na 200 metrov ter v teku na 60 metrov v svoji starostni kategoriji. Na državnem prvenstvu pionirjev do 16 let pa je septembra lani postal trikratni državni prvak (v disciplinah 100, 300 metrov in skok v daljino). S svojim talentom in dosežki je Mitja na zelo dobri poti, da bo pomembno zaznamoval mladi rod slovenske atletike.

Mitja, s svojimi dosežki dokazujete, da ste izjemno hitri. Kdo je opazil vaš talent in vas usmeril v sprinte?

Za atletiko me je navdušil Tadej Grilc, ki je bil že uveljavljen tekač in član KAK Ravne na Koroškem. Z mojim interesom za tek je po naključju sovpadla ustanovitev AK Slovenj Gradec, kamor sem se kmalu vključil – že v začetku osnovne šole. Moj talent je prepoznal Andraž Nabernik, trener našega kluba in športni pedagog Prve osnovne šole, ki sem jo takrat obiskoval. Andraž me je s svojim pristopom in energijo vsekakor dodatno motiviral za atletiko. Ko pa je bilo za napredek treba povečati zahtevnost treningov, sem prestopil v višjo selekcijo k sedanjemu trenerju Urošu Verhovniku.

Na katere tekme se boste osredotočili letos in kaj je vaš letošnji cilj?

Imam že normo za nastop na olimpijskem festivalu evropske mladine, ki bo med 23. in 29. julijem v Srbiji. Najpomembnejši cilj sezone je povezan prav s tem tekmovanjem, na katerem si želim nastopa v finalu teka na 200 metrov. Zelo pomembna pa so tudi vsa domača prvenstva, še posebej prvenstvo Slovenije za mlajše mladinke in mladince, ki bo v začetku julija v domačem Slovenj Gradcu.



Sreča ni tako zelo pomembna za uspeh, je bolj nagrada za dobro pripravljenost. Če si ustrezno pripravljen, pridejo tudi rezultati.

Kdo so trenutno vaši največji tekmeči? In vzorniki?

Konkurenca v sprintih je v Sloveniji zelo močna. Na stezah se vsak teden srečujem z odličnimi atleti. Trenutno najtežje konkuriram Gregorju Grahovcu. Velik vzornik pa je zame že od nekdaj Usain Bolt.

AK Slovenj Gradec je matični klub odličnih tekačev, ena izmed njih je Maja Pogorevc, ki trenutno študira v ZDA. Si želite po njeni poti?

Za zdaj nimam posebne želje po študiju v ZDA, saj imam doma za trening dobre pogoje, prav tako za zdaj brez težav usklajujem šolanje z atletiko. Vsekakor cenim in občudujem Majine dosežke in si želim, da bi bil tudi sam tako uspešen, kot je Maja. Njeno četrto mesto na EP v teku na 400 metrov je zame velik izziv.

Verjamem pa, da se lahko temu dosežku tudi sam približam ali ga morda celo presežem!

Kakšno vlogo v vašem življenju igrata klub in trener?

S trenerjem Verhovnikom zelo dobro sodelujem. Sva v dobrih odnosih, zaupam njegovemu vodenju treningov. Všeč sta mi njegova natančnost in doslednost pri načrtovanju treningov. Cenim tudi to, da je z mano na vseh tekmovanjih in da zelo pozorno in natančno spremlja moj razvoj.

Kako ocenjujete dejavnik sreče pri tekmovanjih – je za vas pomemben ali se zdi, da gre za priročen izgovor?

Sreča ni tako zelo pomembna za uspeh, je bolj nagrada za dobro pripravljenost. Če si ustrezno pripravljen, pridejo tudi rezultati. Verjamem, da je največ odvisno od mene samega, od moje predanosti na treningu, osredotočenosti na tekmovanjih ter ustrezne podpore staršev, trenerja, kluba ...

Kakšen je Mitja zunaj atletskih prizorišč in kaj počne?

Rad pomagam doma na kmetiji in se družim z domačimi in prijatelji. Rad tudi zaigram na harmoniko.

Pri nas vse pridelamo doma, tudi elektriko.

GEN-I Sonce. Neusahljiva energija sonca, dostopna vsem.

WWW.GEN-ISONCE.SI | 080 1558



NALOŽBA, KI SE IZPLAČA

Dostopna cena

Vaši stroški za plačilo porabljene električne energije bodo takoj bistveno nižji, življenjska doba sončne elektrarne pa presega 30 let.

Energetska neodvisnost

Z lastno sončno elektrarno takoj postanete energetsko samooskrbni in za vedno neodvisni od nihanja cen na trgu.

Dostopnost za vsakogar

Gradnjo lastne elektrarne boste lahko financirali na različne načine, v skladu s svojimi finančnimi zmožnostmi.



PROJEKT NA KLJUČ

Vse na enem mestu

Svetovanje, ogled objekta, ocena investicije, projektna dokumentacija, montaža in vzdrževanje domače elektrarne: vse lahko uredimo mi.

Varna in enostavna montaža

Gradbena dela so minimalna in hitra, sama montaža sončne elektrarne običajno traja le 1 dan.

100 % slovenska kakovost

V partnerstvu s slovenskimi podjetji Sol Navitas, Letrika Sol in Bisol vam zagotavljamo vrhunsko kakovost sončne elektrarne. Po želji vam uredimo tudi montažo toplotne črpalke vodilnega slovenskega proizvajalca Termo-tehnika.



BREZSKRBNOST NA DOLGI ROK

Miren spanec

V vsakem trenutku boste lahko nadzorovali doma proizvedeno energijo na spletnem portalu.

Daljinski nadzor delovanja

Elektrarno bomo na vašo željo tudi vzdrževali, tako da boste vi lahko popolnoma brez skrbi: sistem bo okvare avtomatsko sporočil izvajalcu, ki jih bo odpravil v najkrajšem možnem času.

Zagotovljena 10-letna garancija

V ceno montaže sončne elektrarne je vedno vključena tudi 10-letna garancija na izvedbo, opremo ter na nepoškodovanje strehe.

AK POLJANE MARIBOR

Ponosni in uspešni

Z veseljem in ponosom se lahko ozremo na kratko zgodovino obstoja našega kluba. Razmere v mariborski atletiki so bile tiste, ki so narekovala nastanek novega kluba.

Leta 2000 smo se odločili atletiko postaviti na trde temelje za nadaljnji uspešen razvoj. Če smo želeli ta cilj doseči, pa smo morali ustanoviti klub, ki bo atlete in trenerje v novem okolju povezoval in jih spodbujal k nadaljnjemu razvoju. V skoraj 17 letih uspešnega delovanja smo dosegli veliko, a tu se ne mislimo ustaviti, saj nam novi cilji in izzivi dajejo motiv, da naredimo korak naprej. Z načrtno vzgojo otrok in mladine v selekcijskem procesu si želimo še bolj napredovati, organiziranost je že zdaj na visoki ravni in lahko se pohvalimo z dejstvom, da je tudi z našo pomočjo, znanjem in delom atletika med najbolj uspešnimi športnimi panogami v Mariboru.

V AK Poljane imamo v tem trenutku približno 210 aktivnih članov, za katere skrbi 10 strokovno usposobljenih trenerjev in vaditeljev, med katerimi so: Robert Herga, Sebastijan Jagarinec, Matic Ogrizek, Domen Žnidarič, Tadej Verbošt, Rudi Vivod, Vesna Vivod, Jelena Štajmec, Jaka Polutnik in Urša Krajšek. Večino članstva, 170 vadečih, zajema Atletska šola Poljanček, v kateri vadijo otroci, stari od 5 do 15 let. V tem trenutku imamo največ dela z mladimi, bodočimi mladinci in člani, pri katerih trenutno trenirajo bolj posamezniki. V klubu pa zraven vadbe in treningov v vseh starostnih kategorijah ponujamo tudi Šolo teka za odrasle, ki je namenjena rekreativcem, tekačem začetnikom in naprednim tekačem.

V slabih 17 letih obstoja našega kluba je slovenski dres v različnih starostnih kategorijah obleklo 52 naših atletin in atletov, še več pa je nosilcev kolajn (150) z državnih in pokalnih prvenstev. Med njimi so tudi atleti, ki so nastopili na največjih evropskih in svetovnih tekmovanjih. Sabina Veit je kot naša članica nastopila na številnih mednarodnih tekmovanjih, največje tekmovanje pa so zagotovo olimpijske igre v Pekingu leta 2008. Sebastijan Jagarinec je poleg doseženih državnih rekordov v različnih starostnih kategorijah doživel največji uspeh na EP za člane v Barceloni leta 2010, kjer se je v teku na 400 metrov uvrstil v polfinale in osvojil 16. mesto. Na OI igrah mladih smo imeli predstavnici na obeh dosedanjih izvedbah tega tekmovanja. Na prvih OI za mlade v Singapurju leta 2010 je nastopila Eva Vivod, ki se je uvrstila v finale meta kopja. Eva je postavljala tudi državne rekorde v več starostnih kategorijah in disciplinah, bila je tudi finalistka EP za mladince (met kopja). Tjaša Stanko je nastopila na drugih OI za mlade v



Nanjingu leta 2014 in se prav tako uvrstila v finale meta kopja. Omeniti velja tudi, da je bila Tjaša v finalu EYOF (2013) v metu kopja (5. mesto) in suvanju krogle (6. mesto). Zdaj iz ozadja prihajajo novi atleti, ki so željni dokazovanja, in za uspehe nam ni treba skrbeti.

Med atleti, ki prihajajo iz ozadja, velja omeniti nekatere. Tilen Šimenko Lalič kaže perspektivo v teku na 800 metrov in letos bo nastopil na evropskem mladinskem prvenstvu, ki bo v sosednji Italiji. Pred kratkim je z osebnim rekordom 1:50,19 izpolnil kriterij in tako se bo lahko v miru pripravil na julijsko tekmovanje. Tilen je v zimski sezoni osvojil bronasto kolajno na balkanskem prvenstvu za mladince v dvorani. Izkušnjo z velikega tekmovanja ima tudi Tjaša Križan, ki tekmuje v suvanju krogle (3 kg). Lani je v gruzijskem Tbilisiju nastopila na evropskem prvenstvu za mlajše mladinke in mladince, na ostalih reprezentančnih srečanjih pa je osvajala bronaste kolajne. Zraven Tilna in Tjaše velja omeniti še Reneja Perneka Ackerja, ki je v teku na 400 metrov iz leta v leto vse boljši in prav tako pridno zbira reprezentančne nastope. Za njimi je še kar nekaj mladih atletov s spodbudnimi rezultati, za katere smo prepričani, da bomo o njih pisali že zelo kmalu.

Vsako leto uspešno organiziramo številna atletska tekmovanja in za nami je organizacija že kar nekaj reprezentančnih srečanj, državnih in pokalnih prvenstev v različnih kategorijah, izvedb mednarodnega atletskega mitinga ter v zadnjih letih tudi mitinga v metih. Dejavní smo tudi na humanitarnem področju, kjer smo v zadnjih letih izvedli dobrodelni tek (leta 2014 – tek za žrtve poplav, leta 2015 – tek z Žvižgačem), sodelovali pa smo tudi pri projektu Ustavimo trenutek gibanja.

Pred tremi leti smo bili deležni velike izgube, saj smo se morali mnogo prehitro posloviti od dr. Iztoka Ciglariča, ki je bil naš predsednik skoraj 14 let in je najbolj zaslužen za nastanek našega kluba in vsega, kar smo dosegli. Za trenutek smo obstali, a kaj hitro smo še bolj zavihali rokave. Smo mlad športni kolektiv, ki ima po zaslugi našega Iztoka v rokah »17-letnega otroka«. Smo velika družina in naša največja želja je, da bi bili s trenutnim vodstvom in vsemi, ki so del našega športnega kolektiva, čim bolj ponosni na naše Poljančke. V vseh teh letih nam ob strani stojijo tudi sponzorji in donatorji, brez katerih bi bilo marsikaj neizvedljivo, zato se jim ob tej priložnosti iskreno zahvaljujemo, še posebej pa generalnemu pokrovitelju Infondu, ki nam stoji ob strani že od vsega začetka.

SREDNJEŠOLSKI FINALE

Rekordni dosežki ob prenovi stadiona

Letošnji posamični finale srednjih šol v atletiki, ki je potekal v Mariboru, je bil tokrat še posebej slovesen. Še pred začetkom tekmovanja je bil s svečano slovesnostjo uradno odprt prenovljeni Atletski stadion Poljane Maribor, ki je prav maja praznoval že štiri desetletja od gradnje leta 1977.

Na prireditvi so bili prisotni predsednik Republike Slovenije Borut Pahor, župan Mestne občine Maribor, dr. Andrej Fištravec, predsednik AZS Roman Dobnikar, podpredsednik Fundacije za šport Martin Steiner in mnogi drugi.

Na finalnem tekmovanju je nastopilo 148 dijakov in 128 dijakinj, najboljših tekmovalcev, ki so si pravico nastopa v finalu pridobili na osnovi rezultatov s področnih tekmovanj. Organizacija in izvedba tekmovanja je bila zaupana AK Poljane Maribor, ki se je tudi tokrat izkazal kot odličen organizator, pri organizaciji pa sta sodelovala še Zavod za šport RS Planica in Atletska zveza Slovenije.

Tekmovalci in tekmovalke so uživali v odličnem tekmovanju v odličnih pogojih, za njihov trud in atletske dosežke pa sta jim Atletska zveza in Vzajemna, d. v. z., tudi letos omogočili sklenitev brezplačnega zavarovanja za prihodnje šolsko leto. Pogoji in razmere na tekmovališčih so bili odlični in na Atletskem stadionu Poljane Maribor smo lahko spremljali zanimive atletske boje najboljših šolarjev v Sloveniji, hkrati pa so bili postavljeni trije novi srednješolski rekordi.

Anej Zupanc (I. Gimnazija v Celju) je med dijaki izboljšal rekord na 400 m, ki po novem meri 47,25,

Agata Zupin (Srednja šola Domžale) pa rekord v isti disciplini med dijakinjami s časom 53,28, s čimer je popravila tudi mladinski rekord Slovenije, ki je bil prej 53,58. Maja Bedrač je v daljini (cona) za 9 cm izboljšala svoj rekord iz lanskega leta, ki po novem meri 6,40 m. Pokal za najboljši rezultat na tekmovanju sta prejela nova rekorderja na 400 m, Anej Zupanc in Agata Zupin.

Predsednik republike Pahor je ob ogledu prenovljenega stadiona dejal, da je dan prazničen za profesionalni in rekreativni šport. Čestital je vsem, ki so sodelovali pri projektu prenove stadiona: **»Z vami se veselim vseh možnosti in priložnosti. Športniki bodo lahko na tem stadionu pilili svoj talent. Prav vsi pa se lahko tukaj prepustimo duhu rekreativne atletike. Slovenija je ena izmed redkih razvitih držav, v katerih lahko mnoge atletske stadione brezplačno uporabljamo tudi rekreativci.«**

Predsednik Atletske zveze Slovenije Roman Dobnikar je poudaril pomen obnove stadiona za celotno slovensko atletiko: **»Najboljši srednješolci se bodo danes merili za zmage v svojih disciplinah, svojevrstno zmago pa danes praznujemo vsi zbrani. Današnja skupna zmaga je prav odprtje prenovljenega objekta na Poljanah, ki bo tem in številnim drugim atletom ponudil izboljšanje razmer za vadbo, trening in preseganje novih mejnikov slovenske atletike. Dokaz za to je, da je Maribor Sloveniji in svetu dal že več atletov olimpijcev in organiziral vrsto izjemnih atletskega tekmovanja. Ob tem iskreno čestitam vsem, ki so s svojim trudom, prizadevnostjo in marljivim delom pripomogli k temu, da smo že po pol leta intenzivnih del danes lahko priča temu izjemnemu dogodku.«**

Ob tej priložnosti sta Atletsko društvo Štajerska in Atletski klub Poljane Maribor prejela posebno zahvalo za spodbudo in prizadevanje za razvoj športnih talentov na področju atletike. Atletinje olimpijke, ki so zaznamovale športno zgodovino Maribora, Helena Javornik, Sabina Veit in Sonja Roman, pa so prejele pečat mesta Maribor za vrhunske dosežke v atletiki in hkrati za promocijo mesta Maribor kot športnega mesta.



TEKMOVANJA MLADIH

24. EP za mladinke in mladince

Letošnje najpomembnejše mednarodno tekmovanje za mladinke in mladince bo potekalo v italijanskem mestu Grosseto od 20. do 23. julija. V istem mestu je bilo leta 2004 že organizirano SP za mlajše mladince, domača reprezentanca pa si po lanskem uspehu Italije na prvem evropskem prvenstvu za mlajše mladince v Tbilisiju, kjer so bili glede na število medalj tretji, obeta dobre uvrstitve. Za slovensko ekipo so si do 15. junija nastop na tekmovanju zagotovili: Jure Grkman, Anej Zupanc, Lovro Mesec Košir, Tilen Šimenko Lalič, Kristjan Čeh, Agata Zupin, Tjaša Železnik, Sara Sotošek, Lara Omerzu, Nastja Modic in Maja Bedrač. Slednja se je skupaj z Evo Pepelnak po lanskem vrhuncu sezone za mlajše mladince, prvem EP za to starostno kategorijo, v domovino vrnila s srebrno kolajno okrog vratu in tako poskrbela za izjemen rezultat Slovenije. Maja bo tudi letos eden od osrednjih slovenskih adutov na tekmovanju.

11. EP za mlajše članice in člane

Letošnja reprezentanca za to tekmovanje, ki ga bo gostil poljski Bydgoszcz od 13. do 16. julija, je izjemno močna in za Slovenijo bo tekmovanje verjetno eno najuspešnejših v letošnji sezoni. Nadejamo se lahko vsaj treh finalnih uvrstitev, tudi medalja ni izključena. Za čim boljše uvrstitve se bodo po dosedanjih rezultatih na tekmovanju borili: Luka Janežič, Jan Petrač, Nino Celec, Jan Luxa, Blaž Zupančič, Nace Pleško, Anita Horvat, Maja Pogorevc, Laura Guzelj Blatnik, Julija Praprotnik, Neja Filipič, Veronika Domjan in Katja Mihelič.

10. SP za mlajše mladinke in mladince

Kenjska prestolnica Nairobi bo letos gostila jubilejno, 10. svetovno prvenstvo za mlajše mladinke in mladince, ki bo hkrati zadnje tovrstno tekmovanje. Med slovenskimi mladimi upi v tej starostni kategoriji so normo za tekmovanje do zdaj izpolnili: Gregor Grahovac, Rok Markelj, Filip Jakob Demšar, Tami Ščančar, Nika Glojnarič, Karin Gošek, Eva Pepelnak, Lina Čater, Zoja Šušteršič in Lara Krnc.

14. olimpijski festival evropske mladine (OFEM)

Udeležujejo se ga športniki iz 50 evropskih držav, ki se vsaki dve leti srečujejo na poletnem in zimskem festivalu. Med več kot 1500 nastopajočimi športniki se bodo na letošnjem festivalu v madžarskem Györu od 23. do 29. julija predstavili tudi mladi slovenski atleti. Do zdaj so si nastop priborili Mitja Kordež, Anže Durjava, Zala Istenič, Tara Keber in Leja Glojnarič, možnost izpolnitve norm pa je še do 26. junija. Slovenski športniki se bodo predstavili še v osmih drugih športih (kajak-kanu, cestno kolesarstvo, gimnastika, roket, judo, plavanje, tenis, odbojka).

ATLETSKI KLUB DOMŽALE

Prehodil, pretekel 40 let

Začetki ustanovitve Atletskega kluba Domžale segajo že v leto 1978, ko so na ustanovni seji skupščine za prvega predsednika določili Janeza Rozmana. V prvi razvoj kluba je takrat svoj čas in trud vložilo kar 16 članov, nekateri izmed njih pa še danes to funkcijo aktivno opravljajo. Med njimi so tudi pripadniki, ki so v klubu pustili več kot le prosti čas.

Naši častni člani, ki so klubu in športu dodali pomembno vrednost, so Ela in Marjan Košir ter Jože Potrbini. Ljubezen do kraljice športa, spodbuda takratnih športnih organizacij in predvsem zavedanje, kako pomembna je atletika, so pripomogli k temu, da je atletika v občini Domžale zaživela in deluje uspešno še danes. S padci in vzponi je uspešno »prehodila, pretekla, priskakala in premetala« že skoraj 40 let trajajočo pot, ki z rezultati svojih atletov dosega tudi evropska in svetovna merila.

Zdajšnji, peti predsednik AK Domžal je Gregor Golja, ki si ob pomoči Tomaža Jarca, Tomaža Hrovata in ostalih članov prizadeva predvsem za izboljšanje razmer za atlete, ki bodo omogočile boljše možnosti za treniranje in tekmovanje na našem stadionu. Svojo funkcijo karseda najbolje opravlja, in kot pravi, občuje veliko pripadnost članov kluba skupnemu cilju. Zahvale gre torej pripisati tudi požrtvovalnemu delu trenerjev in drugih strokovnih delavcev ter podpornikov kluba.

Za atletskim klubom je že dolga zgodovina, z njo pa tudi dobri in slabi časi. Nekoč klub s slabimi razmerami za treniranje, tako za teke kot za mete, se je uspešno spopadel s takratnimi težavami. Dokaz za to so rezultati nekdanjih atletov, ki jih neugodne razmere niso zmotile pri zavestnem treniranju. Velja omeniti atlete, ki so se zapisali v zgodovino Atletskega kluba Domžale. To so Ajda Sitar in sprinterka Alja Sitar – ki še vedno drži šest državnih rekordov, Bojana Vojska, Špela Kržan, Darja Kokalj, Suzana Mladenovič, Eva Aljančič in Manca Velkavrh. Med moškimi velja omeniti Petra Kastelica, Gregorja Breznika, Boštjana Brnota, Damjana Bariča, Janeza Blažiča in Jožeta Pirnata. Trenerji, ki so takrat delovali v okviru AK Domžal, so Lojze Pungerčič, Damjan Berdik, Jože Potrbini, Aleš Pranjic in Tomaž Jarc.

Zdajšnje desetletje je bilo uspešno zastopano v skoraj vseh atletskih disciplinah. Pri metalcih zelo uspešno zastopa klub in državo klubska rekorderka in večkratna državna prvakinja Gabrijela Kumeck v disciplini meta kladiva z osebnim rezultatom 56,52 m – 4 kg in 60,81 m – 3 kg, prebiti se je uspela že do nastopa na SP za mlajše mladince, na EP za starejše mladince in na ostalih mednarodnih tekmovanjih. Zelo uspešno je tudi naš klub zastopala večkratna državna prvakinja Manca Avbelj, ki pa je na žalost zapustila atletske vode. Manca je nosilka številnih klubskih rekordov in enega državnega rekorda; trikilogramsko kroglo je pri mlajših mladinkah



uspela zalučati 15,57 m, štirikilogramsko pa 14,53 m. Tudi njo so osebni rezultati popeljali na velika mednarodna tekmovanja, eden od teh tudi na SP v ZDA. Med metalci uspešno napreduje tudi Tjaša Jankovič, ki je že stala na stopničke državnih prvenstev. Pri fantih je izjemni napredek in močno voljo pokazal tudi večkratni državni prvak Gregor Šnajder, ki postavlja klubski rekord za rekordom in je v letu 2016 za svoje dosežke prijel priznanje »naj atlet«. Je potencialni kandidat za EP za starejše mladince, svojo močno voljo je pokazal z zmagovalnimi nastopi na mednarodnih mitingih, njegova šestkilogramska krogla je že poletela 16,60 m, petkilogramska pa 16,74 m. Met kopja je pri mlajši mladinci do zdaj najbolje zastopal Anže Trapečar, ki je 700-gramsko kopje vrgel 63,17 m in s tem rezultatom takrat izpolnil normo za evropske kvalifikacije olimpijskih iger mladih. Rekord pri članih za 800-gramsko kopje še vedno drži Jože Pirnat z rezultatom 63,66 m. Uspešni metalec in dolgoletni član kluba, ki je svoj talent našel v metu diska in je bil tudi večkrat državni prvak ter ima klubske rekorde, je Denis Kumeck. dvakilogramski disk je zalučal 47,69 m, 1,5-kilogramski disk pa 51,45 m. Prav tako kot metalci nas navdušujejo tekači. Nina Pavlič Hren, izvrstna dolgoprogašica tudi z državnimi naslovi, se udeležuje gorskih tekov, maratonov in dolgih tekov. Svoj talent

je že pokazala na mednarodnih tekmovanjih, od balkanskih nastopov pa vse do evropskih prvenstev. Pohvali se lahko tudi z odličnimi rezultati – 2:55 na 1000 m, 2:13 na 800 m in 1:36 na 600 m. Odlična dolgoprogašica, ki je že stopila na državne stopničke, je tudi Maja Per, za katero smo prepričani, da bo v prihodnjih letih uspela doseči vrh na mednarodnih tekmovanjih. Na 2000 m se lahko pohvali z izjemnim časom 6:46. Med fanti dosega najvišje stopničke tudi Jakob Mali. Podobno kot Maja in Nina ima tudi on izjemen talent v dolgih in gorskih tekih. Njegov najboljši rezultat na 2000 m je 4:49. Trener Domen Jarc je za njihove uspehe in svoj vložen trud v preteklem letu zaslužen prejel bronasto trenersko značko. Uspešni sprinter, ki tudi ponosno nosi oranžne barve, je Luka Marolt, ki je letos že uspel izboljšati osebni rekord v teku na 300 m s časom 34,59. Klubski rekorder na dolge proge je tudi Martin Očepek, ki je maraton v Berlinu uspel preteči v 2:35:14.

Ne velja pa pozabiti na naše vztrajne in žilave veterane Jožeta Pirnata, Jano Strahinič in Natašo Aljančič. Jože in Jana se ne bojita meja, zato posegata tudi na veteranska EP, SP in balkanske igre. Domov se vedno vračata s kolajnami in včasih tudi z novimi osebnimi rekordi.

Danes za razvoj mladih potencialov in prihodnjih upov na vseh področjih atletike skrbi devet trenerjev in vaditeljev. Za večletno profesionalno ukvarjanje z mladimi, ki uspešno predstavljajo klub na državnih in mednarodnih tekmovanjih, gre predvsem veliko zahvalo pripisati trenerju Danilu Emberšiču, ki ima pod okriljem skupino metalcev, in trenerju tekačev Domnu Jarcu. Oba nekoč zelo uspešna atleta, danes pa tudi uspešna trenerja, svoje izkušnje in znanja prenašata na bodoče uspešne tekače, skakalce in metalce. Veseli nas, da se za delo z najmlajšimi zavzeto trudijo tudi mladi atleti, ki še vedno tekmujejo ali svoj čas namenjajo športnemu izobraževanju.

AK Domžale je bil že večkrat organizator mitingov, večjih državnih tekmovanj, mednarodnega balkanskega prvenstva, raznih krosov ter osnovnošolskih in srednješolskih državnih tekmovanj. Letos je že tako kot lani uspešno izvedel zimsko PS v metih, mitinga Domžale open in Mladi upi atletike. Cilji so v bližnji prihodnosti organizirati več večjih tekmovanj, še naprej pa se bo trudil za vključitev mladih v šport in za izboljšanje razmer za delo.



tujina

Zavarovani za vsak primer



*Sproščeno
kamorkoli*



Z zavarovanjem Tujina.

Za sproščena potovanja sklenite zavarovanje za tujino z medicinsko asistenco. Sebi in svojim najbližjim boste zagotovili dodatno varnost v primeru zdravstvenih težav in kritje morebitnih stroškov zdravstvenih storitev, ki bi ob tem nastali. Če v tujino potujete večkrat letno, sklenite letno zavarovanje **Tujina Multitrip*** - sklenete enkrat in velja celo leto, tudi za vso družino. Poleg tega dobite še **DARILO**.

* Vključite se v program Varuh zdravja in prejeli boste 10-odstotni popust.

☎ 080 20 60



VZAJEMNA

www.vzajemna.si

BOŠTJAN FRIDRIH – DIREKTOR MITINGA V SLOVENSKI BISTRICI

Naša želja je rasti iz leta v leto

Mednarodni miting v Slovenski Bistrici vsako leto postreže z vrhunskimi dosežki. Letos so kar trije atleti dosegli rezultate, ki so še zdaj pri vrhu na svetovnih lestvicah.

Kaj je skrivnost stadiona v Slovenski Bistrici?

Bistriški stadion daje tekmovalcem posebno »domačnost«. Veliko pomeni stik z občinstvom, saj je recimo skok v daljino v neposredni bližini tribun, energijo gledalcev pa čutijo tudi tekači in metalci. Piko na i s svojo dinamičnostjo dajeta vrhunska napovedovalca Robert Herga in Dejan Kalan, ki s komentiranjem in spodbujanjem tekmovalcem še dodata kanček potrebnega adrenalina. Skratka, naša skrb je atletom zagotoviti vrhunske tekmovalne pogoje ter odlično počutje in menim, da nam to vsekakor uspeva. Dokaz so tudi rekordi mitinga, ki so v teh letih res že na zelo zavirljivi ravni.

Že nekaj let ste vpleteni v organizacijo mitinga. Vrsto let ste tekmovali kot tekmovalec domačega kluba, zadnja leta ste prvo ime organizacije. Katera vloga je zahtevnejša?

Funkcijo direktorja mitinga opravljam zadnjih sedem let. Že pred tem sem aktivno sodeloval pri organizaciji in se kalil. Vsekakor je ta vloga precej zahtevnejša kot vloga tekmovalca. Kot tekmovalec imaš natančno določen protokol priprav na tekmovalstvo, vloga direktorja pa je precej bolj obširna in tudi stresna. Še posebej je tako zadnja dva tedna pred mitingom, ko je vse zelo adrenalinsko. Sicer pa sem zelo rad tekmoval v Slovenski Bistrici, kjer sem dosegel tudi enega svojih boljših rezultatov v skoku v daljino – 782 centimetrov, kar je bil kar nekaj let moj osebni rekord. Še ena potrditev, da je skakališče v Bistrici res eno najboljših pri nas.

Miting v Bistrici raste iz leta v leto. Kako vam to uspeva v trenutno težkih časih za slovenski šport?

Za zdaj imamo v Bistrici res pravo ekipo, v kateri vsak posameznik ve, kaj so njegove naloge. V organizacijskem odboru smo ljudje, ki čutimo atletiko in jo želimo na najboljši možni način promovirati. Imamo srečo, da nas podpirajo lokalna oblast ter nekatera podjetja, s pomočjo katerih lahko pokrijemo stroške tekmovalstva. Časi za šport res niso najboljši, vendar ne smemo tarnati. Naše poslanstvo je, da ljudem, še posebej mladim, nudimo ukvarjanje s kraljico športov ter da imajo možnost spremljati vrhunska tekmovalstva tudi na domačih tleh.

Kako zahtevno je zagotoviti sredstva za organizacijo mitinga?

Res je, da je iskanje sponzorjev vsako leto težje. Na srečo nam ob strani stoji Občina Slovenska Bistrica na čelu z županom gospodom dr. Ivanom Žagarjem, ne morem mimo Javnega zavoda za šport in Marjana Štimca, ki nam zagotavlja pripravo tekmovalnega objekta. Marjan je sicer tudi član organizacijskega odbora mitinga in njegova vloga je nepogrešljiva. Na srečo je še nekaj lokalnih podjetij, ki nam stojijo ob strani in brez katerih bi bilo nemogoče izvesti tekmovalstvo na takšni ravni. Ob tej priložnosti bi se tudi vsem iskreno zahvalil, v upanju, da bomo v naslednjih letih raven tekmovalstva skupaj še dvignili.

Načrti za prihodnost?

Naša želja je rasti iz leta v leto, kar nam je do zdaj uspevalo. Organizatorji drugih mitingov nam priznavajo, da »čaramo« s sredstvi, s katerimi operiramo. Veliko pomenijo dolgoletna prijateljstva s trenerji in atleti.

Kaj je treba nadgraditi, da se bo miting povzpел na še višjo raven? Ali lahko pričakujemo, da bo miting v Slovenski Bistrici čez nekaj let v družini EA?

Dolgoročno bi si seveda želeli tudi tega. Seveda bi morali pred tem urediti infrastrukturo, saj bi za to raven tekmovalstva potrebovali stadion z osmimi stezami, česar pa v Bistrici nimamo. To pa bi s sabo prineslo velik finančni zalogaj. Steza je že precej dotrajana in prenova bo vsekakor potrebna v zelo kratkem času. Manjša prenova je načrtovana že v letošnjem letu, za celostno pa bo treba verjetno še malo počakati. Ob dejstvu, da odlično sodelujemo tako z Občino Slovenska Bistrica kot z Javnim zavodom za šport, bo tudi ta projekt izvedljiv v prihodnjih letih. Seveda pa upamo tudi na podporo Atletske zveze Slovenije, Fundacije za šport ter ostalih institucij, brez pomoči katerih v ta projekt ne bomo mogli zagristi.

Naši vrhunski atleti že tradicionalno odpirajo sezono na prostem na vašem mitingu. Kaj je razlog za to? Termin mitinga? Dobri pogoji? Konkurenca? Dobro vzdušje na tribuni?

Vse, kar ste našli. Termin tekmovalstva je idealen za začetek tekmovalne sezone. Pogoji so prav tako

idealni, še posebej če imajo ugoden veter tudi sprinterji, kot je bilo letos. Tako smo tokrat v prav vseh sklopih disciplin lahko videli vrhunske izide. Prav tako se konkurenca iz leta v leto povečuje, saj se ime dobrega mitinga hitro širi. Že sem omenil, da je posebna energija med gledalci in atleti na bistriškem stadionu. Vse to in še kaj pripomore k temu, da večina naših najboljših atletov začne sezono ravno v Bistrici.

Kakšen status ima kraljica športa v Slovenski Bistrici?

Atletika je v Bistrici med prioritetskimi športi. S svojimi rezultati v zadnjih dvajsetih letih si to vsekakor tudi zasluži. Tukaj smo zrasli številni vrhunski atleti: Vodovnik, Leskovar, Sitar, moja malenkost ...; imamo pa tudi novo, mlado generacijo, ki že stopa po naših stopinjah. Tako kot za miting si tudi v društvu postavljamo vedno višje cilje. Nova generacija bo v prihodnjih letih še kako opozorila nase.



ZDRUŽENJE ZA REKREATIVNE IN CESTNE TEKE AZS

Vse več jih je

Naraščajoči trend gibanja v obliki rekreativnih in cestnih tekov je v zadnjih letih mogoče občutno zaznati po vsem svetu, po podatkih Mednarodnega združenja atletskih zvez IAAF je tek postal najbolj razširjena oblika rekreacije.

Tudi v Sloveniji niti malo ne zaostajamo za temi smernicami, saj se po ocenah okrog 100.000 tekačev udeleži vsaj enega od več kot 600 organiziranih tekov letno, številni rekreativci pa tečejo samostojno ali v družbi prijateljev.

Atletska zveza je na področju rekreacije lani naredila velik korak naprej. Ustanovljeno je bilo Združenje za rekreativne in cestne teke AZS, ki ga sestavljajo največje tekaške prireditve v Sloveniji, ki po novem delujejo tudi v okviru članstva AZS: Ljubljanski maraton, Tek štirih mostov, Mali kraški maraton, Konjiški maraton, Maraton treh src, Nočna 10ka in Istrski maraton.

Namen združenja je zagotavljanje popularizacije teka, atletike in pogojev za najširšo družbeno podporo rekreativnim tekom. Povezovanje tekov v združenje je tudi nova oblika platforme za izmenjavo dobrih praks in skupni nastop v želji atletske gibanje predstavljati v zdravi in koristni obliki za vse generacije.

V letu 2017 so bili trije teki, člani Združenja za rekreativne in cestne teke AZS, že na sporedu in znova so poskrbeli za tekaške praznike na različnih lokacijah naše dežele. Sezono smo odprli na Krasu, kjer je 26. marca potekal Mali kraški maraton v 17. izvedbi. Aprila so obalno progo tekači znova preizkušali na 4. zaporednem Istrskem maratону, maj pa je tekaško najbolj zaznamoval tradicionalni Maraton treh src, ki je štel tudi za državno prvenstvo v polmaratonu.

17. mali kraški maraton

Prvo pomladno nedeljo so Sežano z okolico preplavili tekači, na 17. malem kraškem so jih organizatorji našli več kot 3000 – na razdaljah od 400 metrov do 21 kilometrov. Brigita Bukovec, dobitnica medalje na Ol 1996 v Atlanti, je poskrbela za dobro vzdušje najmlajših tekačev, jih primerno segrela in z dobrimi željami pospremila 700 otrok na poSKOKčeve teke. Najhitrejši Urban Jereb je v Sežani na krajši razdalji že slavil, tokrat je konkurenco prehitel za dobri dve minuti. Med dekleti je slavila najstnica in obetavna tekačica Eva Skaza. Malce bolj na tesno se je vse razvilo na daljšem teku, saj je Gregor Kustec v cilju slavil s 50 sekundami prednosti. Izjemen »finiš« pa smo videli med dekleti, med katerimi je prvovrstno presenečenje pripravila 19-letna Eva Zorman, ki je

samo za dve desetinki sekunde prehitela Lucijo Dolenc Čuk. Zabeležili so udeležbo iz številnih evropskih držav, Združenih držav Amerike ter celo iz Indije in Japonske.

4. istrski maraton

Istrski maraton povezuje tri istrska mesta, Izolo, Koper, Piran. Je predvsem športni dogodek, toda organizatorji si prizadevajo, da bi bil obarvan tudi turistično in trajnostno, saj promovira zdrav način življenja in preživljanja prostega časa v čistem in zdravem okolju, kar Istra nedvomno je. Letošnjo preizkušnjo je najboljše opravil Aleš Žontar, ki je za 42,195 kilometra potreboval 2:43:51 ure. Med maratonkami je slavila Ana Radivo (3:13:01), med polmaratonci je bil prvi Švicar David Keller (1:11:50), med polmaratonkami Petra Tratnik (1:22:21), na 10 kilometrov pa Jan Klemenčič (35:38) in Katja Martinšek (40:57). Na tekaškem prazniku v Istri je v vseh kategorijah nastopilo več kot 4500 tekačev. Prikljubljenost prireditve iz leta v leto narašča, o čemer govori tudi podatek, da so se tekov udeležili predstavniki kar 26 držav.

37. maraton treh src

Kenijka Joel Mwangi Maina (2:21:50) in Gladys Jepkurui Biwot (2:51:31) sta na 37. maratónu treh src v Radencih, ki je skupaj zbral skoraj 4000 udeležencev, zmagala na 42 kilometrov. Biwotova je s tem ponovila uspeh izpred dveh let. Tudi na pol krajši razdalji, ki je štela tudi za slovensko prvenstvo, sta slavila Kenijka. Silas Kiprono Too je bil najhitrejši na 21 kilometrov s časom 1:05:45 ure, tretji je bil Domen Hafner (1:11:07), ki je s tem osvojil tudi naslov slovenskega prvaka v polmaratonu. Slovenski naslov na 21 kilometrov je osvojila Sonja Roman (1:17:25), ki je na drugem mestu zaostala le za Kenijko Stellah Barsosio Jepngetich (1:14:58). Tudi zaradi DP je bila slovenska konkurenca na še enkrat daljši razdalji okrnjena, najboljša izida domačih maratoncev pa sta dosegla skupno četrta Aleš Debeljak (2:47:05) in Jasmina Jelovšek (3:09:44), ki je zaostala le za Kenijkama Biwotovo in Hellen Jepkosgei Kimutai (2:56:58) ter hrvaško olimpijko Marijo Vrajić (3:09:17), ki je bila druga lani. Na 10 kilometrov sta bila po pričakovanju prepričljivo najboljše Rok Puhar (31:55) in Eva Skaza (39:31), na 5,5 kilometra pa Aleš Zver (15:46) in Breda Škedelj (18:32). Skupaj se je praznika rekreacije v tem delu Slovenije udeležilo 3989 ljudi, na 42 kilometrov je bilo 222 prijavljenih maratoncev in 37 maratonk, največ pa je bilo tekačev na 21 kilometrov, nastopilo jih je 972.

Združenje za rekreativne in cestne teke
Atletske zveze Slovenije

2017

26. marec	17. mali kraški MARATON	8. - 9. april
20. maj	4. istrski maraton Radenci	17. junij
8. julij	37. TEK ŠTIRIH MOSTOV 2017 SKOPJA LOKA	24. september
28. - 29. oktober	Nočna 10ka 5. konjiški maraton	
	VOLKSWAGEN LJUBLJANSKI MARATON	
	ATLETSKA ZVEZA SLOVENIJE	

DESET NA DESETO

- Postavljeni rekord največ zaporedno odtečenih maratonov je 365! Rekord pripada belgijskemu tekaču Stefaanu Engelsu, ki je postavil rekord pri starosti 49 let leta 2011.
- Tudi če ste zelo počasen tekač, boste porabili vsaj 10 kalorij na minuto teka. To pomeni na primer polovico temne čokolade v manj kot pol ure teka.
- Povprečen človek ima v svojih maščobnih zalogah dovolj rezerve za neprekinjen tridnevni tek s hitrostjo 24 kilometrov na uro. To je izjemno hitro, če računamo, da povprečno tečemo s hitrostjo od 10 do 12 kilometrov na uro. Torej – ne poskušajte tega doma!
- Statistika dobrih uvrstitev kaže, da tekači, oblečeni v rdeča oblačila, večkrat zmagajo od atletov, ki so odeti v katerikoli drugo barvo.
- Najstarejši udeleženec maratonov je ob rekordnem nastopu leta 2011 štel 100 let. Rekord pripada Indijcu Fauju Singh. Še posebej pa je zanimivo, da je svoj prvi maraton pretekel, ko je bil star 89 let! Nikoli ni prepozno.
- Vsako leto na svetu prodajo več kot milijardo tekaških copat.
- Dvanajst od 20 najboljših tekačev na najdaljših razdaljah pripada pripadnikom kenjskega plemena Kalenjin. To plemo predstavlja manj kot 0,1 odstotka svetovne populacije, vendar so njegovi člani skupaj prejeli skoraj 50 olimpijskih medalj na srednje dolgih in dolgih progah, samo v zadnjih 10 letih pa so atleti iz tega plemena osvojili skoraj 40 odstotkov vseh največjih mednarodnih priznanj v moški konkurenci tekov na dolge preizkušnje.
- Fizično aktivni ljudje imajo 60 odstotkov nižje tveganje za Alzheimerjevo bolezen kot neaktivni.
- Ko tečemo, mora v stopalih sodelovati 26 kosti, 33 sklepov, 112 vezi ter mreža živcev, kit in krvnih žil.
- Profesionalni tekači naredijo od 185 do 200 korakov na minuto.

PREGLED DOGODKOV JANUAR–JUNIJ

TAMI ŠČANČAR REKORDNO

Dunaj, 14. 1.: Na mednarodnem mitingu WLV na Dunaju je Tami Ščančar v teku na 200 m zmagala in izboljšala slovenski rekord v kategoriji U-18 in U-20 z rezultatom 24,64 s.

PRVI DVORANSKI MITING V LJUBLJANI

Ljubljana, 14. 1.: Na otvoritvenem dvoranskem mitingu slovenske sezone v Ljubljani je bila najmočnejša konkurenca v troskoku, kjer je Saša Babšek (Slovenska Bistrica) edina preskočila 13 m (13,09 m) in slavila pred Petro Koren (Kronos 12,86 m) in Evo Pepelnak (Kladivar, 12,83 m), lani srebrno na EP za mlajše mladince. V skoku v daljino sta slavila Neja Filipič (6,22 m) ter Filip Pravdica (Slovenska Bistrica, 7,47 m). Joni Tomičič Prezelj (Olimpija) je z 8,60 sekunde osvojila prvo mesto na 60 m ovire. Tomičič Prezelj je bila tretja na tej razdalji brez ovir, kjer je prepričljivo slavila obetavna Agata Zupin. V skoku v višino je Lara Omerzu (Brežice), lani 12. na mladinskem SP v Bydgoszczu na Poljskem, slavila z 1,74 m.

DVORANO ODPRLI PIONIRJI

Slovenska Bistrica, 15. 1.: Skakalka v daljino Maja Bedrač (Ptuj), srebrna na lanskem EP za mlajše mladince, je na dvoranskem mitingu v Slovenski Bistrici prepričljivo zmagala v teku na 60 m (7,88), med atleti pa je slavil Jan Kramberger (Mass), ki se je edini spustil pod mejo sedmih sekund (6,98).

ČERNJULOVA USPEŠNO ZAČELA

Lincoln, 15. 1. 2017: Maruša Černjul iz celjskega Kladivarja je na dvoranskem mitingu v ameriškem Lincolnu v skoku v višino zmagala z 1,87 metra.

PRVA SEJA NOVEGA UO

Ljubljana, 17. 1. 2017: Na prvi seji upravnega odbora je predsednik AZS Roman Dobnikar čestital novoizvoljenim članom Upravnega odbora Atletske zveze Slovenije. Imenovani so bili predsedniki stalnih delovnih teles UO AZS: predsednik strokovnega sveta AZS ostaja Vladimir Kevo, za predsednika tekmovalno-tehnične komisije je bil imenovan dr. Andrej Udovč, za predsednika komisije za Statut in akte AZS pa dr. Boris Dular. Predsednik Komisije za boj proti dopingu bo Aljaž Požes, predsednik Komisije za nagrade in priznanja bo Stane Rozman, operativni vodja marketinško-poslovnega sveta pa Primož Feguš. Za člane UO AZS sta bila na predlog predsednika AZS imenovana predsednik Sveta atletov Jan Žumer in predsednik ZATS Andrej Jeriček. Imenovana so bila občasna delovna telesa UO AZS. Svetovalno telo predsednika za sodelovanje z zunanjimi institucijami bo vodil dolgoletni član UO AZS Janez Aljančič, Svet za

sodelovanje s članstvom AZS dr. Marjan Hudej, Svet za strateško komuniciranje pa Katja Krasko Štebljaj.

JANEŽIČ ODLIČNO ZAČEL SEZONO

Dunaj, 21. 1.: Luka Janežič je na dvoranskem DP v krožnih tekih na Dunaju na 400 m s 46,79 s v svojem prvem nastopu v letu za slabe pol sekunde zaostal za svojim državnim rekordom. S tem je prepričljivo potrdil mednarodno normo (47,35) za nastop na dvoranskem EP v Beogradu. Na dvoranskem prvenstvu Slovenije v krožnih tekih je Agata Zupin v teku na 400 m z rezultatom 54,96 s izboljšala slovenski rekord v starostni kategoriji U-20. V starostni kategoriji U-18 in U-16 pa je v isti disciplini rekordno tekla mlada Zala Istenič (55,94).

ŠUTEJEVA V CELJU ZAČELA SEZONO

Celje, 28. 1.: Državna rekorderka in najboljša slovenska atletinja lanskega leta Tina Šutej je na svoji prvi tekmi v novi dvoranski sezoni v Celju zmagala v skoku s palico in s 4,40 metra za 15 centimetrov zaostala za normo (4,55) za nastop na SP na prostem v Londonu.

USPEŠNI V BRATISLAVI

Bratislava, 29. 1.: Na dvoranskem mitingu v Bratislavi je bila Maja Bedrač (Ptuj) druga v skoku v daljino (6,07) za Čehinjo Jano Veldakovo (6,25), Joni Tomičič Prezelj (Olimpija) pa tretja na 60 m ovire (8,57). V teku na 400 m je tretji čas zabeležil slovenski atlet Gregor Grahovac (50,29). Na 60 m je bila peta Kaja Debevec (7,80), osmi Blaž Brulc (Krka, 6,96), deveti Luka Marolt (Domžale, 6,98), na tej razdalji z ovirami pa je bil Gregor Kokalovič (Krka) na devetem mestu najboljši Slovenec (8,58).

SANDRO DO PIONIRKEGA REKORDA

Celje, 28. 1.: Prvenstvo Slovenije v dvorani za pionirje in pionirke (U-16) je postreglo z državnim rekordom Sandra Jeršina, ki je v skoku v višino dvakrat popravil dvoranski državni rekord v kategoriji pionirjev do 14 let. Sandro je preskočil 1,72 m in rekord kasneje popravil na 1,74 m.

RENNER ODPRL SEZONO

Cottbus, 26. 1.: Slovenski rekorder Robert Renner (Kladivar) je na skakalnem mitingu v nemškem Cottbusu v skoku s palico preskočil 5,20 metra in zasedel deveto mesto.

PRVAKI ZIMSKE SEZONE

Celje, 18. 2.: Petra Koren (Kronos) je na dvoranskem DP v Celju zmagala v troskoku in s 13,56 metra potrdila normo za dvoransko EP v Beogradu.

Tina Šutej (Mass) se je izkazala v skoku s palico in preskočila 4,42 metra. Lara Omerzu (Brežice) je slavila v skoku v višino in z 1,84 m za pet centimetrov zaostala za normo za EP v srbski prestolnici, na 60 m so od tega cilja tri stotinke ločile Eneja Vrhunca (Mass), ki je tekel 6,77 sekunde, desetinka pa mladinko Agato Zupin (Kamnik, 7,52). Na 60 m ovire je dvoboj dobila Joni Tomičič Prezelj (Olimpija), ki je z 8,35 sekunde za 11 stotink zgrešila normo za EP. Med člani je mladinec Filip Jakob Demšar (Mass) z 8,05 ugnal 39-letnega slovenskega rekorderja Damjana Zlatnarja (Mass, 8,11). V skoku v daljino je zmagala Maja Bedrač (Ptuj) s 6,15 m, druga je bila Neja Filipič (6,04 m). Med atleti je v tej disciplini slavil Nino Celec (Slovenska Bistrica, 7,38 m), v moškem troskoku je Jan Luxa (Mass) edini preskočil 15 m (15,74), Luka Zidar (Mass) pa je bil najboljši v skoku v višino (2,05 m). Blaž Zupančič (Mass) in Petra Pavlič (Domžale) sta zmagala na slovenskem dvoranskem prvenstvu v suvanju krogle, ki je bilo v Slovenski Bistrici. Zupančič je orodje sunil blizu 18 metrske oznake in s 17,72 m in prepričljivo zmagal, Pavličeva pa je v tesnem obračunu slavila z 11,64 m.

LUKA JANEŽIČ ZNOVA IZVRSTEN

Birmingham, 18. 2.: Slovenski rekorder Luka Janežič (Kladivar) je bil tretji na močnem dvoranskem mitingu v Birminghamu v teku na 400 m. Tekel je 46,38 sekunde ter le za šest stotink zaostal za svojim državnim rekordom (46,32).

MARTINU STEINERJU BLOUDKOVA NAGRADA

Brdo, 14. 2.: Na Brdu so podelili najvišja priznanja na področju športa, Bloudkova priznanja za leto 2016. Bloudkova nagrada za življenjsko delo v športu je za svoje izjemen prispevek slovenskemu športu prejel dolgoletni vodja strokovnega sveta AZS, trener, sodnik in strokovni vodja AK Velenje in velik prijatelj atletike Martin Steiner.

PUHAR DO OSEBNEGA REKORDA

Verona, 12. 2.: Rok Puhar (Triglav) je na Verona Giulietta & Romeo v polmaratonu dosegel nov osebni rekord 1:05,47 in zasedel 7. mesto.

ANITA DO NORME, GRAHOVAC REKORDNO

Dunaj, 11. 2.: Na dunajskem mitingu je Anita Horvat dosegla normo za nastop na EP v dvorani v Beogradu. Dvajsetletna atletinja je v teku na 400 m zmagal s časom 53,27. Na mitingu so uspešno tekmovali še nekateri slovenski atleti. Gregor Grahovac (Mass) je popravil mlajše mladinski rekord na 400 m, tekel je 49,04.

NOV REKORD DEMŠARJA

Ljubljana, 11. 1.: Filip Jakob Demšar (Mass) je na prvenstvu Slovenije v dvorani za mlajše mladince in mladinke spet popravil državni rekord v teku na 60 m z ovirami, tokrat v mlajše mladinski kategoriji. Nov državni rekord znaša 7,92 sekunde.

IZ ISTANBULA S ŠTIRIMI KOLAJNAMI

Istanbul, 12. 2.: V Istanbulu je potekalo Balkansko prvenstvo v dvorani za mladince, kjer je bila štiričlanska slovenska ekipa izjemno uspešna, saj se je vrnila s tekmovanja s štirimi kolajnami. Balkanski mladinski dvoranski prvakinji sta postali Lara Omerzu v skoku v višino s preskočenimi 180 cm in Nastja Modic v skoku s palico s preskočenimi 410 cm. Nika Glojnarčič je v teku na 60 m z ovirami z rezultatom 8,49 postala balkanska mladinska dvoranska podprvakinja. Uspešno je nastopil tudi Tilen Šimenko Lalič v teku na 800 m, ki je z rezultatom 1:52,84 osvojil bronasto medaljo.

USPEH SLOVENCEV NA

50. BELEM KROSU

Beograd, Na 50. Belem krosu so naši atleti dosegli odmevne rezultate. Zmagi so v svojih kategorijah zabeležili Urška Arzenšek (Kladivar) med starejšimi mladinkami, Tanej Fatur (Postojna) med pionirji U-12 in Jaka Grže (Postojna) med starejšimi mladinci. Drugo mesto je med pionirkami U-14 je osvojila Ajda Slapšak (Sevnica). Med mlajšimi mladinci se je s 3. mestom izkazal Jakob Čop (Krka).

TINA ŠUTEJ IN MARUŠA ČERNJUL DO NASLOVA BALKANSKIH PRVAKINJ

Beograd, 25. 2.: Tina Šutej (Mass) je na balkanskem prvenstvu v Beogradu osvojila zlato odličje v skoku s palico; preskočila je 4,45 m. Prva je bila tudi Maruša Černjul (Kladivar) v skoku v višino z 1,86 metra. Robert Renner (Kladivar), lani bronast na EP, je v skoku s palico zasedel četrto mesto in dosegel svoj najboljši izid sezone (5,51 m) ter le za centimeter zaostal za svojim slovenskim rekordom.

MARTINA RATEJ DO DRUGEGA

IZIDA SEZONE NA SVETU

Domžale, 25. 2.: Na zimskem prvenstvu Slovenije v metih v Domžalah je Martina Ratej kopje zalučala do daljave 63,95 m in prišla do drugega izida sezone na svetu v metu kopja in že na prvi tekmi sezone potrdila normo (61,40 m) za nastop na avgustovskem SP v Londonu. Katja Mihelič je z daljavo 53,46 m izpolnila tudi normo za mlajše člansko EP (U-23), ki bo julija v poljskem Bydgoszczu. Prav tako sta normo za zimski evropski pokal v metih izpolnila Blaž Zupančič v suvanju krogel z rezultatom 18,92 m (dvoransko prvenstvo Hrvaške v Zagrebu) in Veronika Domjan v metu diska z rezultatom, 55,96 m (zimsko DP v Splitu). Za Veroniko je to tudi izpolnjena norma za mlajše člansko EP (U-23).

MAJA POGOREVC USPEŠNA V ZDA

Albuquerque, 23.–25. 2.: V zvezni ameriški državi New Mexico je na tekmovanju Mountain West Indoor Championships uspešno nastopila Maja Pogorevc, ki je trenutno na študiju v ZDA. Maja je v teku na 400 m zasedla tretje mesto z rezultatom 54,59, v teku na 200 m pa je bila deseta z rezultatom 24,58. Ekipa njene univerze je nastopila tudi v štafeti 4 x 400 m, v kateri je Maja prav tako pripomogla k skupni uvrstitvi njene štafete.

NAJBOLJŠA UVRSITITEV NA EP V DVORANI TINI ŠUTEJ

Beograd, 6. 3.: V Beogradu se je zaključilo EP v dvorani, na katerem je nastopilo tudi pet slovenskih atletov in atletinj. Najbolje je nastopila Ljubljanka Tina Šutej (Mass), ki je v finalu skoka s palico preskočila 4,40 metra in delila osmo mesto. Tudi naši najboljši predstavnici v skoku v višino ni veliko zmanjkalo do finala - Maruša Černjul (Kladivar) je v popoldanskih kvalifikacijah prvega dne prvenstva delila deveto mesto z 1,86 m. Siceršnje prvo ime slovenske odprave, Luka Janežič (Kladivar), je nastopil v kvalifikacijah teka na 400 m. Slovenski favorit za visoka mesta je v zadnji skupini kvalifikacij zasedel odlično drugo mesto (46,81 sekunde) in se sprva zanesljivo po mestih ter s tretjim skupnim izidom uvrstil v popoldanski polfinale. Žal pa je bil naš mladi talent naknadno diskvalificiran zaradi prestopa v sosednjo progo. Debitantka na velikih članskih tekmovanjih Anita Horvat (Mass) je v kvalifikacijah teka na 400 zasedla 23. mesto (54,65), Petra Koren (Kronos) pa je svoj drugi večji članski nastop v kvalifikacijah troskoka končala na 17. mestu (13,26 m).

EVROPSKI POKAL V METIH: RATEJEVA ZLATA, DOMJANOVI SREBRO

Las Palmas, 12. 3.: Slovenska rekorderka Martina Ratej je na 17. evropskem zimskem pokalu v metih v španskem Las Palmasu v metu kopja s 60,66 metra osvojila zlato medaljo med članicami in ponovila uspeh izpred dveh let, ko je na tovrstnem tekmovanju prav tako stala na najvišji stopnički. Slovenski uspeh je dopolnila Veronika Domjan, ki je v metu diska s 55,72 metra prišla do srebrne medalje med mlajšimi članicami. Veronika tako nadaljuje tradicijo uspešnih nastopov na tem tekmovanju - lani je bila zlata, predlani pa bronasta. Blaž Zupančič je bil peti v suvanju krogel med mlajšimi člani (17,90 m), kjer je slavil Turek Osman Can Özdeveci (19,61 m). Katja Mihelič je že v metu kopja v kategoriji do 23 let zasedla peto mesto. Kopje je zalučala 54,44 metra daleč, naslov evropske prvakinje pa je osvojila aktualna olimpijska prvakinja Hrvatica Sara Kolak z metom, dolgim 61,01 metra.

SLOVENC V HITRI HOJI USPEŠNI V AVSTRIJI

Fürstenfeld, 11. 3.: Na avstrijskem Štajerskem je potekala 3. izvedba mednarodne cestne tekme v hitri hoji Fürstenfelder Frühlingsschneidens na

neobičajni razdalji 2.350 m, ki je bila veljavna tudi za avstrijski Grand prix v hoji. Med skupno 27 nastopajočimi raznih kategorij je nastopila tudi sedmerica slovenskih tekmovalcev v hitri hoji iz treh klubov, ki so odlično opravili svojo nalogo.

Tekmovanje je za naše tekmovalce veljalo kot test za preverjanje trenutnega stanja pred začetkom uradne poletne sezone. Vsi so potrdili kondicijski in tehnični napredek, opravljenem v zimskem času, predvsem zadnji pa je pri hoji še važnejši. V raznih kategorijah so zmagali: med pionirkami U-12 Saša Milenovič (Koper - 15:23), med pionirkami U-14 Tamara Reicht (Štajerska - 13:37), med pionirkami U-16 Karin Avsenek (Radovljica - 15:22), med mlajšimi mladinci Filip Križnik (Štajerska - 12:21), med mlajšimi mladinkami Eva Čanadi (Koper - 12:08), kjer je bila druga Kaja Rupar (Radovljica - 13:50) in Fabio Ruzzier (Koper), ki je bil med člani drugi v času 11:40.

PUHAR IN PLAZARJEVA PRVAKA V KROSU

Velenje, 18. 3.: Velenje je gostilo prvenstvo Slovenije v krosu za leto 2017. Naslova državnih prvakov v članski kategoriji sta osvojila Rok Puhar in Patricija Plazar. Puhar (TRK) je slavil s časom 24:18,8 pred drugouvrščenim Janom Brešanom (KLC), ki je v cilj pritekel s časom 24:30,7, ter tretjeuvrščenim Matejem Šturmom (ASB), 24:55,4. Patricija Plazar (Mass) je zmagala s časom 17:38,3. Druga je bila Sara Jaklič (18:09,4), tretja pa Klara Ljubi (18:39,8). V vsekipni konkurenci so med moškimi zmagali predstavniki AK Velenje (30 točk) pred Kladivarjem (26) in AK Asfalt Kovač Šentjur (18). V ženski konkurenci so bile vsekipno najboljše atletinje AK Velenje (34), pred atletinjami iz Sevnice (29) ter atletinjami iz Kladivarja (29).

SPODBUDEN NASTOP MAJE POGOREVC V ZDA

20. 3.: Maja Pogorevc je poskrbela za novo spodbudno novico iz ZDA. Odlično je namreč začela tudi s sezono na prostem. Na svoji prvi tekmi (Unlv Spring Invitational Sheila Tarr-Smith Combined Events) je v teku na 200 m zasedla tretje mesto s časom 24,33. S tem je izpolnila tudi normo za letošnje mlajše člansko EP, ki bo julija na Poljskem.

ZIMSKO PRVENSTVO V METIH ZA STAREJŠI MLADINSKI IN PIONIRSKI KATEGORIJI

Fürstenfeld, 11. 3.: Na Ptujju je potekalo zimsko prvenstvo Slovenije v metih za starejši mladinski in pionirski kategoriji. V kategoriji starejših mladincev/mladink so lahko nastopili tudi mlajši mladinci/mladinke, v kategoriji pionirjev/pionirk (U-16) pa tudi pionirji/pionirke (U-14). Mladi atleti in atletinje so se pomerili v disciplinah diska, kladiva in kopja.

ZUPINOVA IN KOKALJ REKORDNO

Domžale, 9. 4. 2017: Na mitingu Domžale open je bilo za uvod v sezono na prostem doseženih več izvrstnih rezultatov. Mladinka Agata Zupin (Kamnik), je podrla enega najstarejših rekordov med mladinkami. V teku na 300 m je s časom 37,51 izboljšala dosežek Marjane Lužar (37,90), postavljen v letu 1989. Rekord je padel tudi v teku na eno miljo. V kategoriji mlajših članov ga je s časom 4:13,79 izboljšal Jan Kokalj (Kladivar) in s tem popravil prejšnji rekord Marka Kolenca iz leta 2001 (4:20,42).

TRJE SLOVENCİ NA BP V HOJI

Florina, 9. 4.: Na 16. balkanskem prvenstvu v hoji, ki je potekalo v Florini (Grčija), so nastopili tudi trije slovenski predstavniki. Anže Tesovnik je v hoji na 10 km v konkurenci U-20 zasedel 7. mesto s časom 0:54:44. V hoji na 5 km v konkurenci U-18 je Eva Čanadi prihodila na 8. mesto (28,40), Kaja Rupar pa na 10. mesto (32,38).

MAJA POGOREVC DO NORME

Sacramento, 1. 4.: Maja Pogorevc nadaljuje odlično sezono na prostem. Na Mondo Team Challenge tekmovanju v mestu Sacramento v Kaliforniji si je v teku na 400 m pritekla zmago s časom 54,30 s in izpolnila normo za letošnje evropsko mlajše člansko prvenstvo.

AZS ODLOČNO PROTI KRŠITVAM PROTIDOPINSKIH PRAVIL

Ljubljana, 12. 4.: V okviru dneva čistega športa »Play True day« je AZS v sodelovanju s Slovensko antidoping organizacijo SloAdo pripravila izobraževanje o škodljivosti prepovedanih sredstev, namenjeno predvsem atletom reprezentantom. Z nizom izobraževanj, ki se bodo odvijala po regijskem ključu, želi AZS aktivnejše pristopiti k boju proti nedovoljenim sredstvom v športu, do katere ima nično toleranco. Atleti so se seznanili tudi s seznamom nedovoljenih substanc, primeri zdravstvenih težav v primeru zlorabe tovrstnih sredstev ter izvedeli, kaj vse se obravnava kot kršitev antidopingnih pravil.

ROMANOVA IN BREŠAN PRVAKA

Postojna, 15. 4.: Sonja Roman (BC) in Jan Brešan (Kladivar) sta v Postojni na prvenstvu v dolgih tekih postala slovenska prvaka na 10.000 m. Romanova je s časom 34:35,12 prepričljivo ugnala Klaro Ljubi (Krka, 38:15,37) in Saro Jaklič (Šmarnogorska naveza, 38:27,50). Tudi Brešan je s časom 30:43,11 prepričljivo ugnal tekmece; drugi je bil Rob Svenšek (AKBC, 32:14,15), tretji pa Matej Šturm (Slovenska Bistrica, 32:16,22). Mladinka Agata Zupin (Kamnik) je pred tem v okviru mitinga prepričljivo slavila na 200 m (24,79). Doseženih je bilo tudi več drugih odličnih rezultatov. Izkazala se je Laura Guzelj Blatnik (Kronos), ki je izpolnila normo za EP U-23 v teku na 10.000 metrov.

2000 ŠOLARJEV NA EKIPNEM KROSU

Maribor, 20. 4.: Šolski ekipni kros, ki so ga pripravili Zavod za šport RS Planica, AZS, OŠ Starše in AK Poljane, je kljub vetrovnim razmeram pod Pohorje znova privabil učence in dijake več kot sto osnovnih in srednjih šol iz celotne Slovenije. Skupaj je bilo za tekmovalni in netekmovalni del prijavljenih 1731 osnovnošolcev in osnovnošolk, 27 predstavnikov osnovnih šol s prilagojenim programom ter 183 dijakov in dijakinj, ki so se pogumno spopadli s progo in vremenom. Družbo sta jim delali tudi izvrstni atletinji Maja Mihalinec in Maruša Mišmaš ter drugi vrhunski slovenski.

ATLETI NA OBISKU V OČESNEM CENTRU VIDIM

Celje, 20. 4. Slovenski atleti rekorderji Robert Renner, Tina Šutej, Martina Ratej in Matija Kranjc so danes obiskali sponzorja AZS – Očesni center VIDIM iz Celja. Na prijetnem obisku so jim vrhunski strokovnjaki, ki opravijo več kot 1500 operacij vida letno, predstavili svojo edinstveno dejavnost, s katero se uvrščajo v sam vrh očesnih klinik v širši regiji.

PUHARJU NORMA ZA SP V LONDONU

Hamburg, 23. 4.: 32. HASPA maraton v nemškem Hamburgu je bil srečen za Slovence Roka Puharja, ki je z nastopom izpolnil normo za avgustovsko SP v atletiki v Londonu. Uspeh je za mladega tekača toliko večji, saj je Rok v Nemčiji premierno nastopil na svojem prvem maratonu v življenju. Osvojil je 14. mesto, v cilj pa je pritekel s časom 2:18:22, kar je 22 sekund pod normo za avgustovsko SP (2:18:44). Z dosežkom je Puhar presenetil slovensko javnost in se pridružil kandidatom za letošnje osrednje atletsko tekmovanje ter tako prevzema vlogo trenutno najboljšega slovenskega maratona.

USPEŠNE SKUPINSKE PRIPRAVE

Konec aprila in v začetku maja so se številni slovenski atleti udeležili skupinskih priprav in s tem začeli stopnjevat intenzivnost priprav na prihajajočo sezono. Nad 60 atletov iz petih slovenskih klubov (Mass, Bre, Pt, ASB, Krka) se je udeležilo priprav v hrvaški Makarski. Priprave so potekale v okvirju nacionalnih ekip za sprinte, skoke ter vrhunske mlade selekcije. Več sto atletov pa se je udeležilo tudi tradicionalnih priprav v Medulinu in Puli na Hrvaškem. Atleti so s tem opravili zadnji sklop priprav pred prihajajočo sezono, ki se bo kmalu začela.

MORETTI IN LETNARJEVA PRVA V PALMANOVI

Palmanova, 1. 5.: Ahac Moretti (Krka) je na mitingu v italijanski Palmanovi zmagal v teku na 100 m (10,98), prva pa je bila tudi Bernarda Letnar (Velenje) v metu kopja (55,34 m). Drugi je bil Jan Luxa (Mass) v skoku v daljino (7,22 m), tretji je bil Tadej Hribar (Krka) v metu diska (54,99 m). Moretti je bil še četrti na 200 m (22,24), peta pa sta bila na 100 m Aneja Kodrič (Mass, 12,54) in Blaž Brulc (Krka, 11,17).

ZMAGA ČERNJULOVE V ZDA

Lincoln, 7. 5.: Članica celjskega Kladivarja in udeleženka lanskih olimpijskih iger v Riu de Janeiru Maruša Černjul je na mitingu v ameriškem Lincolnu zmagala v skoku v višino; preskočila je 1,91 m.

NA SI VETERANOV PET KOLAJN

Na svetovnih igrah veteranov v Aucklandu v Novi Zelandiji je dvočlanska slovenska odprava nastopila zelo uspešno. Po treh bronih (Matjaž Vrhunc – polmaraton in tek na 10.000 m; Brane Komel – tek na 5000 m) je Komel pritekel Sloveniji zlato medaljo v teku na 3000 m z zaprekami, svoj uspeh pa je dopolnil še s srebrom na sprint triatlonu. V krosu sta naša predstavnika osvojila še 4. mesto (Komel na razdalji 6 km) in 5. mesto (Vrhunc na 8 km).

MASS NAJUSPEŠNEJŠI

Slovenska Bistrica, 7. 5. 2016: Za naslove najboljših mnogobojevcev za leto 2017 so se atletski pionirji in pionirke starosti do 14 let pomerili v Slovenski Bistrici. Vseekipno so slavili predstavniki Mass (35976 točk) pred Kranj (25043 točk) in Triglav (19498 točk). Med atletskimi pionirji so si zmago priborili atleti Mass (Mass1, 4740 točk). Drugi so bili atleti Štajerska Maribor (ŠTA 1, 4333 točk), tretji pa prav tako predstavniki Mass (Mass2, 4151 točk). Najboljše pionirke so postale članice AD Kamnik (5060 točk), druge so bile članice AK Radeče (RAD) s 4959 točkami, tretje pa članice AK Kranj (AKK1, 4700).

VSEKIPNA ZMAGA V MNOGOBOJIH

V soboto, 6. maja 2017, je v izvedbi AK Radovljica potekal prvenstvo Slovenije v posamičnem in ekipnem mnogoboju za pionirje pionirske tekmovalne kategorije do 12 let. Na tekmovanju je nastopilo 83 deklet in 78 fantov. Atleti in atletinje so se pomerili v četverboju disciplin 60 m, daljina, vortex in 300 m. Vseekipno so bili najboljši predstavniki domačega kluba AK Radovljica, ki so zbrali 35639 točk. Drugouvrščeni so bili atleti Mass (31857 točk), tretji pa člani Triglav (20003). Med pionirji so slavili predstavniki Mass (Mass1) s 3630 točkami pred AK Ptuj (PT1 – 3475 točk) in AK Poljane Maribor (PMB1) s 3376 točkami. Najboljše mnogoboijke leta 2017 so postale članice AK Velenje (Vel1) s 3780 točkami. Na drugo mesto so se uvrstile atletinje AK Ptuj (PT1) s 3645 točkami, na tretje pa članice Mass (Mass1, 3605 točk).

PETRAČ DO ZMAGE V FRANCIJI

Venissieux, 7. 5.: V francoskem mestu Venissieux je potekal atletski miting, na katerem je v disciplini 800 m slovenski atlet Jan Petrač pritekel do zmage. Član Mass je razdaljo premagal v času 1:52,97.

MLADINCI NA CESTNEM TEKU

Oderzo, 1. 5.: Štiričlanska slovenska ekipa mladincev in mladink je nastopila na cestnem teku Trofeo Opitergium v italijanskem Oderzu. Med mladinci so na razdalji 10 km nastopili trije slovenski predstavniki. Najbolje se je odrezal Martin

press. clipping

MERJENJE UČINKOV SPONZORIRANJA V MEDIJIH ŠPORT V POSLU IN POSEL V ŠPORTU



Energija za življenje



LJUBLJANSKE MLEKARNE



Red Bull



Na podjetju Press Clipping smo v zadnjih 10 letih razvijali, vzpodbujali in narekovali metode merjenja, analiziranja in razumevanja korporativne publicitete. Upoštevajoč zahteve trga, dogajanje v širšem poslovnem okolju Evropske unije ter tudi bivše Jugoslavije smo razvili paleto primernih rešitev. Pomemben dejavnik, ki vpliva na zahtevnost evalvacije publicitete je intenzivnost oz. prisotnost konkretne korporacije ali institucije v medijskem diskurzu (nekaterim se v enem tednu zgodi toliko, kot drugim v celem letu). Ključna je tudi velikost in organiziranost PR in marketinškega oddelka znotraj korporacije ter transparentnost njihovega delovanja, ter posledično participacije pri odločanju. Praktične izkušnje kažejo zelo različne stopnje preglednosti komunikacijskih funkcij v slovenskih korporacijah, prav to predstavlja osrednjo priložnost za nadaljnji razvoj trga merjenja odnosov z javnostmi. Kriza, menjave lastništva in usmerjenost na učinke krepijo vetrove sprememb. Barry Leggetter predsednik AMECA je leta 2008, ko smo ga gostili v okviru naše interne konference dejal sledeče: »v recesiji se vodstva bolj zavedajo svojih stroškov, zato želijo še natančnejši odgovor na vprašanje ali njihov program dosega zadane cilje in je učinkovit. Pričakuje se več rezultatov za manj denarja. In brez merjenja odgovora ne poznamo. Smo torej v obdobju priložnosti, tudi tistih za učenje...«. To je postalo eno izmed vodilo naše ekipe, ki se je izkazalo za bistveno.

Ko smo gostili takratnega in aktualnega predsednika AMECA se je pričelo obdobje vzpona socialnih medijev, ter z njimi povezanih mobilnih na dotik občutljivih ekranskih tehnologij, ki so povzročile in še povzročajo spremembe pri vzorcih potrošnje medijskih vsebin. Vzpostavitev novih kanalov je v zadnjih letih pomembno vplivala na obseg in strukturo in predvsem produkcijo vsebin. Tudi zaradi ekonomske krize medijev se je

produkcija kvalitetnih vsebin zmanjšala, žal pa nove tehnologije zahtevajo ravno tako, osiromašeno vsebino. Ti procesi so še bolj poudarili vlogo odnosov z javnostmi pri produkciji vsebin (kar potrjuje tudi kadrovska migracija novinarjev v PR). Kljub temu je profesionalna in avtonomna produkcija vsebin ostala nepogrešljiva, ter s tem tudi vzdrževanje stabilnih odnosov med deležniki v medijskem ekosistemu. Zato se tudi načini evalvacije v svoji osnovi niso spremenili, nekateri potrebujejo preprosto (ne)natančno štetje (koliko) nekatere pa precej več i (koliko, kdo, kje, zakaj, česa, na kakšen način, s kakšnim učinkom, kje....). Bistveno vprašanje torej ni, ali sploh meriti, ampak kdo in s kakšno metodo bo meril in kdo bo podatke uporabljal. Raba površnih analitičnih modelov lahko povsem razvrednoti dejansko opravljeno delo PR-praktikov in svetovalcev oziroma na drugi strani zamegli dejansko slabo opravljene naloge. Kot je dejal Barry Leggetter imajo podjetja in organizacije različne formule za merjenje, med njimi je tudi veliko članic AMEC-a; pomembno je, da formula deluje, in da so učinki primerni. enotnega standarda za merjenje ne bo nikoli.

Naša ekipa, ki šteje 4 motivirane analitike je izvedla tisoče analitičnih projektov, za domače in tuje naročnike. Temelj našega razvoja in metodologije je rezultat sodelovanja z naročniki, ki so poslovno uspešni. Vzajemno, natančno, korektno sodelovanje ni naključje.

mag. Janez Kne
Vodja analiz

PRESS CLIPPING d.o.o., Tržaška cesta 65, 2000 Maribor,
Slovenija, tel: 02 25 040 10, fax: 02 25 040 18
e-mail: analize@pressclip.si
splet: www.pressclipping.si

Pintar (12. mesto, rezultat 00:34:14), petnajsti je bil Jakob Čop (00:35:28), Jaka Grže pa se je uvrstil na 17. mesto (00:36:03). Med mladinkami smo na razdalji 5 km imeli dve predstavnici. Kim Ameršek se je uvrstila na 11. mesto (00:19:35), 14. pa je bila Laura Stauber (Šta, 00:19:51).

ATLETINJE DO ZMAG V AVSTRIJI

Na mednarodni tekmi v hitri hoji na cesti v avstrijskem Pernitzu so se v soboto 6. maja pomerili atleti iz Avstrije, Madžarske, Hrvaške, Poljske in Slovenije. V kategoriji pionirk U-14 na 3 km je s časom 17:40,9 prvo mesto osvojila Tamara Reicht (Štajerska). V kategoriji mlajše mladinke U-18 in ženske absolutno na 5 km je s časom 29:03,1 prvo mesto osvojila Ana Intihar Marulc (Kladivar). Dan zatem je Ana Intihar Marulc zmagala tudi na tekmi v hitri hoji navkreber, kjer so atleti morali premagati skoraj 300 m nadmorske višine na progi dolžine 5,6 km.

ČEHOVIN IN TRAJKOVIČEVA

Zagreb, 14. 5.: Urban Čehovin (Gorica) in Staša Trajkovič (Slovenska Bistrica) sta zmagala na slovenskem prvenstvu v mnogoboju, ki je potekalo v Zagrebu skupaj s hrvaškim prvenstvom. Čehovin je v deseteroboju zbral 6859 točk, Trajkovičeva pa v sedmeroboju 4516. Čehovin je prepričljivo ugnal branilca naslova Simona Blatnika (Krka), ki je prišel do 5489 točk, tretji je bil klubski kolega slednjega David Kastrevc (5450). Tudi v ženski konkurenci je bila druga lanska prvakinja Brina Mlijač (Mass), ki je vpisala 3736 točk, tretja je bila članica Krke Tjaša Potočar (3276). V Zagrebu je padel tudi slovenski državni rekord v kategoriji mlajših mladincev, ki ga je postavil Ambrož Škafar (Triglav Kranj) s 6049 točkami, Lara Krnc (Radovljica) pa je s 5228 točkami izpolnila normo za nastop na SP za mlajše mladince, ki bo letos v Keniji.

GOŠKOVA DO NORME ZA SP

Celje, 14. 5.: V izvedbi AK Domžale je potekal pokal Slovenije v kategoriji mlajših mladincev in mladink, ki je za številne mlade atlete predstavljal otvoritev sezone 2017. Mladinci in mladinke so se pomerili v 20 disciplinah in se izkazali s številnimi dobrimi dosežki. Še posebej je izstopal uspeh Karin Gošek, članice celjskega Kladivarja, ki je v disciplini 2000 m zapreke z rezultatom 6:48,79 postavila nov državni rekord v svoji starostni kategoriji, hkrati pa izpolnila tudi normo za SP mlajših mladincev, ki bo letos v Nairobiu. Normi za mladinsko SP sta izpolnila tudi Rok Markelj (TRK) v teku na 800 m z rezultatom 1:53,20 in Tami Ščančar (Panvita) v teku na 200 m, ki je to razdaljo premagala v času 24,34.

2500 MLADIH NA 5. UNESCO ASP TEKU MLADIH

V sredo, 17. maja 2017, je okrog 2500 otrok in mladih preizkušalo tekaške korake na Ptuj, kjer je potekala že peta izvedba UNESCO ASP teka mladih. Častno pokroviteljstvo nad 5. UNESCO ASP tekom

mladih je prevzel predsednik Republike Slovenije. Tek, na katerem so se zbrali otroci, učenci, dijaki in učitelji iz cele Slovenije in tujine, je simbolno znova povezal kulturo športa in zdravja s kulturo miru. Udeležencem so se pridružili številni ambasadorji, med njimi tudi nekdanji atleti Primož Kozmus, Nina Kolarič in uspešna atletska veterana Miki Prstec in Brane Komel. AZS pa je na prizorišču imela tudi svojo predstavitev stojnico. Ambasadorji so jim podelili tudi priznanja za udeležbo, pridružila pa sta se jim tudi Roman Dobnikar, predsednik AZS, in Dejan Dokl, direktor AZS.

BRONASTA ZNAČKA IAAF LJUBLJANSKEMU MARATONU

Mednarodna atletska zveza IAAF je Volkswagen Ljubljanskemu maratonu dodelila novo ugledno mednarodno priznanje – bronasto značko (IAAF Bronze Label). Za pridobitev priznanja je treba izpolnjevati kar nekaj strogih kriterijev. S tem se Volkswagen Ljubljanski maraton uvršča na seznam elitnih tekaških prireditelj s celotnega sveta ter povečuje udeležbo in prepoznavnost.

PRVAKA KLADIVAR IN MASS

Celje, 20. in 21. 5.: Sezono na prostem 2017 so uradno začeli številni najboljši slovenski atleti in atletinje, ki so se v Celju potegovali za naslove najboljših ekip leta 2017. Najbolj je navdušila Martina Ratej (Kladivar), ki v metu kopja s 64,52 metra postavila ta čas šesti izid sezone na svetu. Zadovoljna je bila tudi druga slovenska rekorderka Tina Šutej (Mass), ki je v skoku s palico preskočila 4,45 m. Ekipna prvaki so atleti ljubljanskega Massa in atletinje celjskega Kladivarja. Na 200 m je ob precejšnjem vetru v prsi (-0,1 m/s) Luka Janežič (Kladivar) tekel pod 21 sekundami (20,92) in po sobotnem slavlju na 100 m slavil drugič na tem DP. To je uspešno tudi Aniti Horvat (Mass), ki je prvemu mestu na 400 m dodala zmago še na 200 m, kjer je tekla pod 24 sekundami in postavila osebni rekord 23,96 sekunde. Z Janežičem sta bila tudi člana zmagovitih štafet na 4 X 400 m. Dvoboj v skoku v daljino je pripadel Neji Filipič (Kronos), ki je zadnji seriji doskočila do 6,43 m in v edinem pravem skoku ugnala vodilno od prve serije naprej Majo Bedrač (Ptuj), ki je skočila 6,23 m. Jan Luxa (Mass) se je v troskoku povsem približal meji 16 m (15,97 m). V teku na dva stadionska kroga je slavil slovenski rekorder Žan Rudolf (Mass) z zanj skromnim izidom 1:51,00, vendar je bil po prvi tekmi sezone vesel, ker po poškodbi sedaj treninji potekajo po načrtih. Še bolj je bila vesela druge zmage v dveh dnevih Maruša Mišmaš, ki je 5000 m na prvi pravi tekmi po 11 mesecih naslednji dan na 3000 m nadgradila z 9:39,49. V metu kladiva se je Nejc Pleško (Olimpija) približal meji 70 m (69,66 m), disk je Tadej Hribar (Krka) zalučal 56,70 m, na 400 m ovire pa sta bila najboljša Peter Hribaršek (Velenje, 52,56) in Julija Praprotnik (Kronos, 1:00,58).

Luka Janežič (Kladivar) je zmagal v teku na 100 m in s časom 10,42 sekunde tekel najhitreje doslej na tej razdalji, vendar osebnega rekorda ni postavil zaradi premočnega vetra (+2,8 m/s). Na 400 m se je

izkazala Anita Horvat (Mass), ki je s 54,07 sekunde ugnala Jernejo Smonkar (55,05), med atleti pa je stadionski krog najhitreje pretekel Gregor Grahovac (Mass), ki je s 47,65 sekunde za tisočinko ugnal Aneja Zupanca (Kladivar), ki ima v uradnem času tudi 47,65 sekunde. Grahovac je s tem dosežkom pritekel do državnega rekorda med mlajšimi mladinci. Matija Kranjc (Mass) je kopje zalučal do 76,88 metra. Robert Renner (Kladivar) je preskočil 5,20 m, na 5,50 m pa je letvico trikrat podr. Maruša Černjul je v skoku v višino slavila z 1,80 metra; že 7. maja je v ameriškem Lincolnu preskočila 1,91 m in se približala normi za nastop na SP avgusta v Londonu (1,94 m). V troskoku sta bili razred zase Saša Babšek, ki je vodila od prve serije, ko je dosegla tudi edini izid DP prek 13 m (13,12 m), in Petra Koron (Kronos, 12,93 m). Maruša Mišmaš (Mass) je bila zadovoljna, ker je po skoraj enajstmesečni odsotnosti na DP na 5000 m (17:09,34) tekla brez bolečin in bila približno pol minute počasneje od svojega osebnega rekorda. V ženski konkurenci je najkrajši sprint v odsotnosti Maje Mihalinec, ki je imela dolgo težavo s poškodbo, pripadel Izi Obal (Kronos, 12,08). Rok Puhar (Triglav), ki že ima maratonsko normo za SP v Londonu, je na 5000 m slavil s 14:35,60 in to manj kot pol dneva zatem, ko je na maratonu v Radencih zmagal na 10 km. Prepričljivo najboljša je bila v metu kladiva tudi Claudia Štravs (Olimpija, 62,12 m), ki je najbližjo tekmi ugnala za skoraj 12 m. V skoku v daljino je Nino Celec (Slovenska Bistrica) edini presešel sedem metrov (7,31 m).

DOMJANOVA IN PETRAČ

Halle (Saale), 20. in 21. 5.: Mlada slovenska rekorderka v metu diska Veronika Domjan, članica Ptuja, je minuli vikend nastopila na dnevih metov – tekmovalju v nemškem mestu Halle. Veronika je zasedla 3. mesto v skupini B z doseženo daljavo 57,26 m (serija 55,82, 57,26, 55,21, x, 55,62, x). Na francoskem ekipnem prvenstvu skupine Elite 1 v francoskem mestu Aix-les-Bains (France) pa je v nedeljo nastopil tudi slovenski tekač Jan Petrač. Z rezultatom 1:51,20 se je v disciplini 800 m uvrstil neposredno za zmagovalca Hamida Oualicha (1:51,08).

JANEŽIČ IN HORVATOVA REKORDNO

Slovenska Bistrica, 27. 5.: Luka Janežič je na 17. mednarodnem mitingu in Stepišnikovem memorialu v Slovenski Bistrici izboljšal slovenski rekord na 300 m z 31,89 sekunde. Srb Lazar Anić je v skoku v daljino s kar 8,15 m dosegel normo za avgustovsko SP v Londonu, v suvanju krogla pa je za naslednji izjemen mednarodni dosežek poskrbel Hrvat Stipe Žunić z 21,48 m. Na 400 m je obetavna članica ljubljanskega Massa Anita Horvat z 52,95 izboljšala skoraj 20 let star slovenski rekord do 23 let, ki ga je imela ena najboljših slovenskih atletinj doslej Brigita Langerholc Žager, ki je 30. julija 1997 v Trstu tekla 53,26. V skoku v daljino je za skoraj pol metra vse tekmice ugnala Neja Filipič (Kronos), ki je zmogla 6,47 m. V troskoku je Petra Koren (Kronos), udeleženka letošnjega dvoranskega EP, s 13,26 m ugnala domačinko Sašo Babšek, povratnico po



*energetika
ekologija
ekonomija*

E 3 zanesljivi partner
*za naše odjemalce in
poslovne partnerje*



Zlata odličnost
©Soliditet

A Blsnode Solution

NE IZGUBLJAJTE
ENERGIJE,
**USMERITE JO
V SVOJA JADRA.**

www.e3.si

 **080 34 45**

poškodbi (13,19 m). V memorialni disciplini v metu kladiva je po pričakovanju slavil finalist olimpijskih iger v Riu Wagner Domingos iz Brazilije (76,13 m), Egipčana Mahmuda Hassana pa je prepričljivo ugnal najboljši Slovenec ta čas Nejc Pleško z osebnim rekordom (Olimpija, 74,30 m). Med atletinjami je slavila Claudia Štravs (Olimpija, 63,96 m). V metu diska je slovensko rekorderko Veroniko Domjan (Ptuj), ki je bila druga s 55,74 m, premagala finalistka lanskega evropskega prvenstva in rekorderka stadiona Dragana Tomašević iz Srbije (58,01 m).

NA EKIPNEM VEČ REKORDOV

Ljubljana, 28. 5.: Za naslove najboljših mladinskih ekip so se v Ljubljani pomerili tudi slovenski atleti in atletinje v kategoriji starejših mladincev in mladink. Med mladinci so se ekipno najbolje odrezali predstavniki Mass, ki so zbrali 14886 točk. Drugi so bili atleti Kladivar (13849 točk), tretji pa atleti AK Krka (12892 točk). Med dekleti so zmagale predstavnice Kladivar (15419 točk) pred predstavnicami Mass (15107 točk) in AD Kronos (14428 točk). Da so tudi atleti mladinci uspešno opravili s pripravami na sezono, so dokazali s številnimi odličnimi dosežki – v teku na 110 m ovire je Filip Jakob Demšar z dosežkom 14,16 izboljšal 27 let star rekord za mlajše mladince iz leta 1990, ki ga je postavil Rok Kop (14,49), v teku na 200 m pa je Gregor Grahovac izenačil svoj mlajše-mladinski rekord iz lanskega leta (21,61). Zelo hitre so bile mlajše mladinke štafete AD Kronos (Tara Keber, Iza Obal, Neža Škerl, Nika Ude), ki so v teku 4 x 100 m popravile mlajše-mladinski rekord iz leta 2005, ki je bil prej v lasti predstavnic AK Velenje.

MLAJŠI MLADINCI DRUGI

Bressanone, 4. 6.: Mlajši mladinci in mladinke nadaljujejo tradicijo izjemno uspešnih slovenskih nastopov na tradicionalnem mitingu v italijanskem mestu Bressanone. Na 35. mitingu Brixia so naše mlajše mladinke ugnale vso konkurenco, fantje so bili odlični tretji. V skupnem seštevku je Slovenija osvojila izjemno drugo mesto. Nastopilo je 19 ekip, zmagala je ekipa iz Baden-Württemberga (506 točk), le pol točke za njimi pa so tekmovalje končali naši predstavniki (505,5). Tretji pa so bili atleti in atletinje iz Lombardije (500). Naši mladi atleti in atletinje so dosegli tudi številne odlične posamične uvrstitve, med njimi kar 13 uvrstitev med prve tri. Zmage in s tem največje število točk so Sloveniji prinesli Filip Jakob Demšar (110 m ovire, 13,82), Karin Gošek (2000 m zapreke; 6:54,52), Eva Pepelnak (troskok, 12,62) in Zoja Šušteršič (kopje, 48,98). Srebrne medalje so prejeli: Rok Markelj (800 m, 1:53,92), Jakob Mali (2000 m zapreke, 6:08,05), Marko Šimunović (krogla, 17,04), Tami Ščančar (200 m, 24,52), Klara Lukan (800 m, 2:13,79), Lara Zupanc (skok s palico, 3,70) in Lina Čater (kladivo, 60,45). Na tretjo najvišjo stopničko pa sta stopili Lara Krnc (skok v daljino 5,61) in Tjaša Križan (krogla, 14,29).

GRAHOVAC BALKANSKI PRVAK

Istanbul, 3. 6.: Gregor Grahovac je na letošnjem balkanskem prvenstvu, ki je potekalo v Istanbulu, v teku na 400 m postal balkanski prvak v kategoriji mlajših mladincev. Dosegel je čas 48,51 in s tem dosežkom nadaljuje tradicijo uspešnih slovenskih nastopov na tem tekmovanju. Naš drugi predstavnik v isti disciplini Domen Benedetič je končal na 9. mestu z rezultatom 51,08.

ODLIČNI DOSEŽKI V ZAGREBU

Zagreb, 4. 6.: Na mednarodnem mitingu v Zagrebu so zmagali Agata Zupin (Kamnik) v teku na 400 m ovire z novim osebnim rekordom (57,90), Lara Omerzu (Brežice) v skoku v višino (1,81 m) in Nejc Pleško (Olimpija) v metu kladiva (73,32 m). Zupinova je s tem odličnim dosežkom postavila trenutno 7. najboljši rezultat na svetu med mladinkami in prvi v Evropi. Jerneja Smonkar (Velenje) je slavila na 800 m (2:08,13), kjer je bila tretja povratnica po poškodbi Maruša Mišmaš (Mass, 2:09,90), Ambrož Tičar pa je zmagal v skoku s palico, vendar ni presegel petih metrov (4,90 m).

PETRAČ IN RUDOLF USPEŠNA V ITALIJI

Gavardo, 4. 6.: V italijanskem mestu Gavardo je potekal mednarodni miting, kjer sta zelo uspešno nastopila naša atleta Jan Petrač in Žan Rudolf. Jan je v teku na 800 m odtekel osebni rekord 1:47,15 in tekmovalje končal na odličnem četrtem mestu, Žan je z rezultatom 1:47,33 osvojil 5. mesto. Prejšnji teden je Jan Petrač nastopil tudi v teku na 1500 m na mitingu Ponzano Veneto in dosegel čas 3,44.

ZUPINOVA DO NORME ZA SP

Kranj, 10. 6.: Mlada Agata Zupin (Kamnik) je na memorialu v spomin na trenerja Dobrivoja Vučkovića v Kranju v teku na 200 m s časom 23,09 sekunde presenetljivo izpolnila normo za člansko SP avgusta v Londonu. Devetnajstletnica je to dosegla z državnim mladinskim rekordom, ki ga je izenačila v teku na 100 m s časom 11,69. V gorenjski prestolnici je drugi mesti dosegla prav tako obetavna Anita Horvat, z osebima rekordoma na 100 (11,86) in na 200 m (23,47). Horvatova je marca letos že tekmovala na svoji prvi veliki članski tekmi, na dvoranskem EP v Beogradu.

V PRAGI IZJEMNO

Praga, 5. 6.: Luka Janežič je na memorialu Josefa Odložila v Pragi v teku na 400 m s časom 45,23 sekunde, kar je rekord mitinga, ugnal vso konkurenco in se zelo približal svojemu državnemu rekordu (45,07). Martina Ratej je bila prav tako v izjemni konkurenci druga v metu kopja (62,55 m), tik za svetovno rekorderko Čehinjo Barboro Špotakovo (62,88 m). Neja Filipič je slavila v skoku v daljino in s 6,47 metra ugnala tudi Slovakinjo Jano Veldakovo, finalistko velikih tekmovanj (6,43 m). Robert Renner je bil tretji v skoku s palico (5,45 m), Matija Kranjc pa sedmi v metu kopja (74,11 m). Luka Janežič, ki je že v svojem prvem nastopu v sezoni na stadionskem krogu izpolnil normo za SP avgusta

v Londonu, je ugnal vse tekmece na čelu z Čehom Pavlom Maslakom. Dvakratni zaporedni svetovni dvoranski prvak, ki je v Beogradu marca letos še tretjič v nizu postal evropski dvoranski prvak, je bil drugi s 45,51. V ženskem metu kopja je zmagala svetovna rekorderka in dvakratna olimpijska zmagovalka Špotakova (62,88 m) in je slovensko rekorderko prehitela le za 33 centimetrov. Po prvi seriji je s 60,72 m povedla Ratejeva, nato pa sta tako ona kot Špotakova največji daljavi zmogli v drugih poskusih. Ratejeva je nato vrgla še 62,48 m, v zadnjih treh serijah pa je imela neveljavne poskuse. Tretja je bila aktualna evropska prvakinja Belorusinja Tatjana Kaladovič (62,29 m).

ATLETI USPEŠNI V ZENICI

Zenica, 7. 6.: Dvajsetletna Anita Horvat (Mass) je na mednarodnem mitingu v Zenici v zelo slabem vremenu zmagala v teku na 400 m (53,52), njena vrstnica Veronika Domjan (Ptuj) pa je bila druga v metu diska (52,70 m). Nejc Pleško (Olimpija) pa je nastopil na tekmi v turški Ankari in zasedel tretje mesto v metu kladiva (71,83 m).

PUHAR NA 23. MESTU

Minsk, 10. 6.: V Minsku je potekal evropski pokal na 10.000 m. Žal je Sonja Roman po zapletu z italijansko tekmovalko tekmovalje končala pred ciljno črto, med nastopom je ostala brez obutve. Zelo visoke temperature so precej nagajale tekačem. Rok Puhar je v B skupini zasedel solidno 9. mesto z rezultatom 30:33,69. Skupno je osvojil 23. mesto.

ISTENIČEVA IN TOMASSINI REKORDNA

Žalec, 7. 6.: AK Žalec, Zavod za kulturo, šport in turizem Žalec ter Zavod za šport RS so pripravili letošnje finale osnovnih šol v atletiki, na katerem je nastopilo kar 520 mladih športnikov, predstavnikov 251 različnih osnovnih šol. Petstoterica se je uvrstila na tekmovalje na podlagi področnih osnovnošolskih tekmovanj, na katerih je nastopilo 7563 šolarjev, ki so se pomerili na področnih osnovnošolskih tekmovanjih. Na teh so nastopili predstavniki iz več kot 400 osnovnih šol. Zala Istenič je v teku na 300 m z rezultatom 39,04 dosegla nov šolski rekord v kategoriji starejših učenek in slovenski rekord v kategoriji pionirk U-16. Izjemen je bil tudi Sanro Jeršin Tomassini, ki je v disciplini skoka v višino preskočil 184 cm in s tem rezultatom postavil nov šolski rekord v kategoriji mlajših učencev ter slovenski rekord v kategoriji pionirjev U-14.

ŠUŠTERŠIČEVA IN GLOJNARIČEVA

Maribor, 11. 6.: Članica Olimpije Zoja Šušteršič je na mednarodnem mitingu v metih, ki je potekalo v Mariboru, zmagala v metu kopja z rezultatom 50,30 m. Nika Glojnarčič je v teku na 100 m z ovirami, zmagala na mednarodnem mitingu v Gratkornu, v Avstriji. Obe atletinji sta izpolnili normi za SP za mlajše mladince, ki bo julija v Nairobiju, v Keniji.



PRENAŠAMO ENERGIJO. OHRANJAMO RAVNOVESJE.

Energija teče skupaj z nami. 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 soustvarjamo 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.



Več kot 2550 km
prenosnega omrežja



Več kot 550
zaposlenih



V prenosno omrežje prevzamemo
več kot 20.000 gigavatnih ur
električne energije. S to energijo bi
žarnica gorela več kot milijon let.



ŠE VEČ INTERNETA DOMA IN V TUJINI Z MOBILNIM PAKETOM EU VKLJUČENI*

~~10 GB~~

20 GB

Prenos podatkov



Klici* in sporočila

21⁹⁵ €*
na mesec

Z mobilnim paketom EU Vključeni vam ni treba več skrbeti pri prestopu meje, saj lahko enako kot v Sloveniji tudi v območju EU koristite kar 20 GB prenosa podatkov, neomejeno pa lahko tudi kličete in pošiljate sporočila. Ponudba velja tudi za poslovne uporabnike.

www.telekom.si

TelekomSlovenije

*Naročniško razmerje s paketom EU Vključeni lahko sklenejo novi ali obstoječi naročniki mobilnih storitev, ki so zasebni ali poslovni uporabniki, v akcijskem obdobju od 1. 6. do 30. 9. 2017. Paket EU Vključeni z mesečno naročnino 21,95 EUR, oz. 19,95 EUR z ugodnostjo Poveži in prihrani, vključuje neomejene pogovore ter neomejene SMS-/MMS-e v vsa slovenska omrežja, neomejene pogovore ter SMS-e znotraj območja držav z EU-tarifno, 120 minut pogovorov iz Slovenije v EU območje in 20 GB prenosa podatkov, ki velja v mobilnem omrežju Telekoma Slovenije ali v območju držav z EU-tarifno (pri poslanih in prejetih MMS-ih v območju držav z EU-tarifno se prenos podatkov odšteva iz skupne količine prenosa podatkov). Po preseženi vključeni količini prenosa podatkov (20 GB) v Sloveniji in državah območja z EU-tarifno se hitrost prenosa podatkov omeji na 0 kb/s v smeri k uporabniku in 0 kb/s iz smeri uporabnika. Z naslednjim obračunskim obdobjem se ponovno vzpostavi običajna hitrost prenosa podatkov, kot jo zagotavlja Telekom Slovenije. Navedene količine in cene veljajo za storitve, opravljene v mobilnem omrežju Telekoma Slovenije in znotraj območja držav z EU-tarifno v okviru enega obračunskega obdobja. Neporabljene količine se ne prenašajo v naslednje obračunsko obdobje. S sklenitvijo novega naročniškega razmerja se naročnikom zaračuna priključna taksa v višini 12,07 EUR, v primeru spremembe obstoječega naročniškega paketa za mobilne storitve Telekoma Slovenije v navedeni paket pa se zaračuna enkratni znesek v višini 20 EUR. Cene so v EUR z DDV. Neomejeni pogovori in neomejena sporočila SMS/MMS v vsa slovenska omrežja, neomejeni pogovori in SMS-i v državah območja z EU-tarifno so namenjena običajni uporabi storitve. Uporaba storitve, ki bi kakorkoli škodovala omrežju Telekoma Slovenije, ni dovoljena. Med kršitve sodijo namerna preobremenitev omrežja, onemogočanje normalne uporabe omrežja drugim uporabnikom, uporaba storitve v komercialne namene, preprodaja storitve tretjim osebam, uporaba storitve s sistemi za samodejno klicanje oz. pošiljanje SMS-/MMS-ov brez človekovega posredovanja ipd. V primeru, da Telekom Slovenije oceni, da je naročnikova uporaba storitve v nasprotju s temi pogoji, si pridržuje pravico naročnika opozoriti in/ali mu onemogočiti uporabo storitve. Za več informacij o prodajni ponudbi paketa, državah območja z EU-tarifno in ostalih storitvah obiščite www.telekom.si, Telekomov center, pooblaščen prodajno mesto ali pokličite 041 700 700 oz. 080 8000. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana