

FEBRUAR 2018

REVUJA AZS IN PRILOGA ŠPORTNEGA DNEVNIKA EKIPA SN

SLOVENSKA ATLETIKA

79



SLOVENSKA
ATLETIKA

SPORTNI DNEVNIK
EKIPA **SN**



GENERALNI SPONZOR ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



TelekomSlovenije

ZLATI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



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

SREBRNI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



Slovenske železnice



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica



GH holding
prihodnosti dajemo obliko



Lahkota prihodnosti

BRONASTI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



šreča za vse



ENERGIJA PLUS



WWW.DUOL.EU



VIDIM
OCEANS CENTER CELJE



IMAGINE THERE'S NO LIMIT...



INSTITUCIJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



Fundacija za šport



SLOVENIJA



EUROPEAN
ATHLETICS
YOUR SPORT FOR LIFE



IAAF
Athletics

MEDIJI



DVORANSKO SP V BIRMINGHAMU

Lepa popotnica za poletje



ROMAN DOBNIKAR
predsednik Atletske zveze Slovenije

Svetovno prvenstvo v dvorani je vrhunec zimske sezone v letu 2018, v katerem bo najpomembnejše tekmovalje za slovensko atletiko gotovo evropsko prvenstvo v Berlinu v začetku avgusta.

»Potem ko so se za slovenski šport zelo uspešno končale zimske olimpijske igre v Pjongčangu, je ravno pravi čas za prvi vrhunec atletskega leta 2018, to pa je svetovno dvoransko prvenstvo v Birminghamu. Slovenijo bosta v Birminghamu zastopala Luka Janežič in Anita Horvat, ki sta izjemno pripravljena, kar kažejo tudi rezultati v zimskem obdobju. Oba sta dosegla tudi nova osebna in državna rekorda v svoji disciplini, teku na 400 metrov. Želimo si seveda čim boljše uvrstitve, saj bo konkurenca v Birminghamu res izjemna. Na svetovnem dvoranskem prvenstvu, za katerega je treba izpolniti res ostre mednarodne norme, nastopijo vsi najboljši na svetu, tako da smo lahko ponosni, da dva slovenska atleta spadata med najboljše na svetu,« je dejal Roman Dobnikar, predsednik Atletske zveze Slovenije, in dodal: »Odprava v Birmingham bo štela šest ljudi, med njimi poleg omenjenih Luke in Anite še njenega trenerja Roka Predaniča, ki znova dokazuje, da je eden najboljših trenerjev pri nas. Aniti in Luki pa želim vse najboljše, saj je to ena od priložnosti, ki jih velja izkoristiti.«

Izjemno ostre norme za nastop na dvoranskem prvenstvu delajo medvedjo uslugo atletiki kot najbolj globalnemu športu. Atletika izgublja boj za gledalce z ostalimi športi, predvsem z ekipnimi, zato je pomembno, da se taka prvenstva razširijo na čim več držav. Mnoge države v Birminghamu ne bodo imele svojega predstavnika, saj so denimo norme za skakalce s palico višje od slovenskih državnih rekordov tako v moški kot v ženski konkurenci, pa Slovenija nima slabih državnih rekordov. Tudi za skok v daljino je bila norma skoraj 8,20 metra, kar je zelo blizu kolajne na velikih tekmah. Pojavlja se vprašanje, ali je dvoranska atletika, ki je že v osnovi »manj vredna« od stadionske atletike, postala elitistični šport zelo ozkega kroga ljudi. V tem trenutku verjetno res, saj so v tekih daleč v ospredju atletinje in atleti iz ZDA (od 50 najboljših časov na svetu jih imajo Američani vsaj 30), ki pa imajo specifična tekmovalja, saj najboljši tekmujejo na univerzitetnih tekmah in prvenstvih, na katerih je konkurenca izjemna. ZDA imajo tako ali tako najbolj razširjeno mrežo univerzitetnih atletske dvoran, kar daje tej državi veliko prednost pred ostalimi.

Tudi zato je bilo pred začetkom letošnje zimske sezone primerno vprašanje, ali se bo v Birmingham uvrstil oziroma ali bo tja sploh odšel kakšen slovenski atlet. Mnogi se zimski sezoni odpovedo in se popolnoma posvetijo poletni, na srečo pa so se v ekipi trenerja Roka Predaniča odločili drugače. In tako bosta na svetovnem prvenstvu nastopila Luka in Anita, ki zelo visoko kotirata tudi na mednarodnih lestvicah najboljših rezultatov.

Vsekakor bo treba spremeniti obliko dvoranskih prvenstev, jih odpreti večjemu številu tekmovalcev, razširiti kvalifikacije in predteke ali pa preprosto na prvenstvo povabiti samo najboljše iz vsake discipline. Toda potem je treba ustvariti nov format kvalifikacij. Kljub vsemu pa je že uvrstitev obeh slovenskih atletov na prvenstvo res lep uspeh in na podlagi teh rezultatov, ki sta jih dosegla Luka in Anita, je to izjemno lepa popotnica za poletje.



SLOVENSKA ATLETIKA

Revija Atletika je glasilo
Atletske zveze Slovenije.

Urednica
Marija Šestak

Uredniški odbor
Dejan Dokl
Marija Šestak
Jurij Završnik

Oblikovanje in prelom
Salomon, d. o. o.

Fotografije
Reuters & Ekipa

Naslov uredništva
Atletika zveza Slovenije
Letališka 33 c
1000 Ljubljana
tel: 01/520-6910

e-pošta: info@atletika-zveza.si
www.atletika-zveza.si

Tisk
Salomon, d. o. o.
Vevška 52
1260 Ljubljana Polje

ISSN 1318-6213



ATLETSKA ZVEZA SLOVENIJE

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

Naslovnica
Foto: Gregor Wernig

DVORANSKO SVETOVNO PRVENSTVO V BIRMINGHAMU

Samo dva, a ta dva vrhunska

Na dvoranskem svetovnem prvenstvu v atletiki, ki bo od 1. do 4. marca v Birminghamu, bosta slovenske barve zastopala Luka Janežič in Anita Horvat, ki sta v tej sezoni izboljšala slovenska rekorda na 400 metrov in sta visoko tudi na mednarodnih lestvicah, če odštejemo kopico tekmovalcev iz ZDA.



Za Janežiča se nastop na prejšnjem dvoranskem SP 2016 v Portlandu ni najbolje iztek, saj zaradi prestopa ni končal tekmovanja. »Malo bolj sem izkušen, kot sem bil pred dvema letoma v Portlandu. Dobro smo se pripravili na dvoransko sezono, kar kažejo doseženi izidi. Tekmoval sem na zelo visoki ravni ter na treh tekmah tekel 46,02, 46,03 in 46,07 sekunde. Realen cilj je torej polfinale, nedosegljiv pa ni niti finale,« je nastop na SP napovedal Janežič. »Dvakrat sem pozimi že tekla državni rekord, sem zelo dobro pripravljena in si želim priti v polfinale,« pa je dejala Horvatova.

Predsednik Atletske zveze Slovenije Roman Dobnikar je navdušen nad izidi, ki sta jih v tej zimi dosegla Horvatova in Janežič. »Letošnja zima je za atletiko sezona dvoranskega SP, norme, ki jih je postavila Mednarodna atletska zveza, so izjemno ostre, prav nore. To gotovo ni dobro za razvoj atletike v svetu. Kako bomo v ta šport usmerili mlade, če pa je za uvrstitev na dvoransko SP treba doseči veliko boljši izid kot za olimpijske igre, posebej v tehničnih disciplinah? Ponosni smo lahko, da sta dva naša predstavnika normi dosegla, in to v sprintih. Ko pogledamo prečiščene mednarodne lestvice tistih, ki bi nastopili na SP, sta na 11. mestih. To pomeni, da lahko prideta v naslednji krog tekmovanja, za kaj več pa je potrebna tudi sreča,« je napovedal predsednik strokovnega sveta AZS Vladimir Kevo.

Janežič je na prejšnji tekmi najvišje dvoranske serije laaf 16. februarja zmagal v poljskem Torunu. S časom 46,03 sekunde je za stotinko zaostal za svojim državnim rekordom in premagal tudi dvakratnega zaporednega svetovnega prvaka (2014 in 2016) Pavla Maslaka iz Češke (46,18). Horvatova je bila z 52,75 četrta. Zmagala je Lea Sprunger iz Švice (51,28). Bronasta leta 2016 v Amsterdamu na 400 metrov ovire s 30 točkami tudi vodi v skupnem seštevku svetovnega dvoranskega izziva pred Horvatovo, ki ima 14 točk; moški tek na 400 metrov letos ne šteje za skupni seštevke.

Dvaindvajsetletni Janežič, ki je lani osvojil naslov evropskega prvaka do 23 let, je trenutno 24. po izidih sezone na svetu, pred njim pa je tudi 16 tekačev iz ZDA. Še višje na lestvici je 21-letna Horvatova, ki je na 18. mestu, pred njo pa je deseterica Američank.

Horvatova je 8. februarja v Madridu s časom 52,22 sekunde izboljšala svoj državni rekord in osvojila drugo mesto. Prav tako drugi je bil Janežič, ki je s 46,08 sekunde dosegel tretji izid kariere. Horvatova je prejšnji državni rekord (52,24) postavila 27. januarja na Dunaju, kjer je tedaj slovenski rekord postavil tudi Janežič s časom 46,02 sekunde. Bil je drugi in prehitel tudi Maslaka, štirikratnega zaporednega evropskega dvoranskega prvaka.

Na prejšnjem dvoranskem SP marca 2016 v ameriškem Portlandu je v tričlanski reprezentanci v polfinalu Martina Tomič na 60 metrov ovire dosegla 15. izid, 20. Maja Mihalec v teku na 60 metrov, Luka Janežič, ki je zabeležil deveti čas predtekov na 400 metrov, pa je bil v polfinalu zaradi prestopa diskvalificiran. Mednarodno normo za SP je izpolnila tudi Maruša Mišmaš, ki pa se je nastopu na 3000 metrov odpovedala. Pred osmimi leti sta bila v Dohi le dva slovenska predstavnika; deveto mesto v troskoku je dosegla Snežana Vukmirović, 15. mesto pa Miran Vodovnik v suvanju krogel.

Slovenija je na dosedanjih 15 dvoranskih SP v atletiki osvojila štiri medalje; srebrne so bile Britta Bilač v skoku v višino leta 1995 v Barceloni, Jolanda Čeplak na 800 metrov leta 2004 v Budimpešti in Marija Šestak v troskoku leta 2008 v Valencii, bron pa si je priborila Brigita Bukovec na 60 metrov ovire leta 1995 v Barceloni.





ŠTUDIJA ZMAGOVALNEGA TEKA

Hispalis

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



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



joma-sport.com

joma®
Exercise your freedom

LUKA JANEŽIČ

Prvi skok med res najboljše na svetu?

Luka Janežič iz Vodice pri Ljubljani ni več novinec v hudi mednarodni konkurenci, čeprav je še mlad za tekača na 400 metrov. S svojimi rezultati namreč dokazuje, da spada med peterico najboljših v Evropi in tudi med 20 najboljših na svetu. Počasi želi napredovati in že v Birminghamu teči pod 46 sekundami.

Z dvoranskih prvenstev sicer nima najlepših spominov, saj je bil na obeh, na katerih je nastopil – na svetovnem prvenstvu pred dvema letoma v Portlandu v ZDA (uvrstil se je v polfinale po devetem času v kvalifikacijah) in na evropskem prvenstvu lani v Beogradu (prestop v kvalifikacijah, potem ko je bil celo med favoriti za kolajne) – diskvalificiran, pa vendar ne razmišlja več o tem.

»Malo bolj izkušen sem, kot sem bil pred dvema letoma v Portlandu,« se je nasmejal Luka, ki zaradi dobrih rezultatov v tej dvoranski sezoni, v kateri je postavil osebni in državni rekord, kar kipi od samozavesti. »Dobro smo se pripravili na dvoransko sezono, kar kažejo doseženi izidi. Tekmoval sem na zelo visoki ravni, tekkel sem v treh tekmah 46,02, 46,03 in 46,07 sekunde. Tako da je realen cilj polfinale, finale pa tudi ni nedosegljiv. V polfinalu sem navsezadnje tekkel že v Portlandu, tako da moram od sebe zahtevati več. Za finale bi bilo gotovo treba teči državni rekord, česar pa sem sposoben,« je Janežič razmišljal o Birminghamu.

Svetovno prvenstvo v Angliji bo ravno ob pravem času za korak naprej v Janežičevi tekaški karieri. »Vsaka velika tekma je, če si dobro pripravljen in če greš na njo z dobrimi občutki, lahko korak naprej. Gotovo je lahko zame to tudi Birmingham,« je dejal Luka, ki je zadovoljen z dosedanjim delom zimske sezone.

»Da, zadovoljen sem z dosedanjimi rezultati, zadovoljen sem s sezono. Mislim sicer, da sem v dvorani sposoben teči tudi pod 46 sekundami,« je pogumen najboljši slovenski atlet, ki meni, da lahko teče nov državni rekord, toda v dvorani je več dejavnikov, ki vplivajo na rezultat. »V dvorani je precej več pomembnih dejavnikov, ki lahko vplivajo na rezultat. V dvorani ni vse odvisno samo od tvoje pripravljenosti. Pomembno je tudi, kako boš odtekel prvi krog, katero mesto si boš priboril, ko vsi tečemo skupaj ... Zaradi vseh teh dejavnikov je za dvoranski nastop tudi veliko težje napovedati rezultat kot za



Dobro smo se pripravili na dvoransko sezono, kar kažejo doseženi izidi. Tekmoval sem na zelo visoki ravni, tekkel sem v treh tekmah 46,02, 46,03 in 46,07 sekunde. Tako da je realen cilj polfinale, finale pa tudi ni nedosegljiv. V polfinalu sem navsezadnje tekkel že v Portlandu, tako da moram od sebe zahtevati več.

nastop na prostem. Zato težko napovem nov državni rekord, sam zase pa lahko rečem, da sem sposoben teči pod 46 sekundami,« je bil jasen Janežič.

Koliko pod 46 sekundami morda niti ni pomembno, čeprav vemo, da so najboljši na svetu bližje 45 sekundam kot zgornji meji. »Ne vem, koliko. Morda 45,99, gotovo pa sem sposoben teči pod 46 sekundami. Res pa je tudi, da je v dvorani veliko lažje odteči dober rezultat brez močnih tekmecev. Moja prva tekma na Dunaju je že pokazala to. Zakaj? Sam si, prvi si, ni nobenega prerivanja, ni prehitevanja ... Ko sem na naslednjem mitingu prehiteval češko legendo Pavla Maslaka, sem izgubljal stotinke, saj sem moral iz idealne linije in potem nazaj noter.



RAZVIJAMO PRENOSNO OMREŽJE PRIHODNOSTI

Postavljamo nov mejnik v slovenski elektroenergetiki. Z raziskovalno-inovativnim delom se kot sistemski operater slovenskega elektroenergetskega prenosnega omrežja usmerjamo v njegov trajnostni, sistematični in napredni razvoj. Strateške inovacije nam bodo omogočile izpolnitev našega poslanstva tudi v prihodnosti – skrbeti za varen, zanesljiv in neprekinjen prenos električne energije 24 ur na dan. To bomo dosegli z inovativnimi razvojnimi in tehnološkimi projekti in v sodelovanju z raznolikimi partnerji tako v domačem kot mednarodnem okolju. Za električno energijo na dosegu vaše roke danes in jutri.

www.eles.si

PRENAŠAMO ENERGIJO. OHRANJAMO RAVNOVESJE.



Tudi zato je na svetovnem prvenstvu težko napovedati vrhunski rezultat,« je še razložil trenutno najhitrejši Slovenec, ki pa seveda ve, da na svetovnem prvenstvu ni pomemben rezultat, ampak mesto, ki ga osvojiš. »Seveda. Ne grem v Birmingham po vrhunski rezultat. Če bom prišel v polfinale s 47 sekundami, bom vesel in nič žalosten.«

Luka tekmece zelo dobro pozna: »Konkurenca bo vrhunska, saj je to svetovno prvenstvo. V Birminghamu bodo vsi pripravljeni stooostotno. Tudi Maslak, ki sem ga letos že premagal, se hoče boriti za novo kolajno. Tam bo druga zgodba, kot je bila na mitingih. Pričakujem podobno konkurenco, kot je bila v Portlandu.«

Ne boji pa se prestopov oziroma ga ne pečejo več. »Poskušam ne razmišljati o tem. Slabo bi bilo, če bi pred tekmo razmišljal o tem, da lahko prestopim. S tem se sploh ne bom obremenjeval. Evropsko prvenstvo v Beogradu je bila psihično veliko težja tekma, kot bo v Birminghamu. V Anglijo grem neobremenjen, saj nihče od mene ne pričakuje boja za kolajne. Zato bom lahko nastopil popolnoma sproščeno, kar upam, da mi bo pomagalo k čim boljšemu rezultatu,« je optimistično končal Janežič.

SOLIDNO NA ŠKOTSKEM

Luka Janežič je bil v nedeljo na zadnji tekmi sezone dvoranske svetovne serije IAAF v Glasgowu v teku na 400 metrov drugi (46,29). To je bilo zadnje tekmovanje pred dvoranskim svetovnim prvenstvom, ki bo od 1. do 4. marca v Birminghamu.

»Moram reči, da sem zelo zadovoljen, tudi čas ni slab. Sem pa začel prepočasi prvih 200 metrov, tam sem izgubil kaj več, tako boljši čas kot mogoče zmago. Toda ne glede na vse sem zadovoljen s formo in svojimi predstavami v tej sezoni, tudi zadnje tekme so boljše, kot so bile lani. Z optimizmom grem na SP,« je povedal Janežič. Državni rekord je postavil 27. januarja na Dunaju, kjer je tekel 46,02 sekunde. »Prvi krog pri moških na 400 metrov lahko ocenim kot sprehod, Janežič bi moral iti hitreje. Če bi bila proga 30 metrov daljša, bi zmagal,« je dodal Rok Predanič, Janežičev trener. Pred Janežičem je bil v cilju le Fred Kerley (45,86), ki je osvojil srebrno kolajno v ameriški štafeti 4 x 400 metrov na lanskem SP. Tretji je bil Američan Dontavius Wright (46,36), četrti Britanec Owen Smith (47,19), peti pa njegov rojak Grant Plenderleith (47,28).

Konkurenca bo vrhunska, saj je to svetovno prvenstvo. V Birminghamu bodo vsi pripravljeni stooostotno. Tudi Maslak, ki sem ga letos že premagal, se hoče boriti za novo kolajno. Tam bo druga zgodba, kot je bila na mitingih. Pričakujem podobno konkurenco, kot je bila v Portlandu.

V dvorani je precej več pomembnih dejavnikov, ki lahko vplivajo na rezultat. V dvorani ni vse odvisno samo od tvoje pripravljenosti. Pomembno je tudi, kako boš odtekel prvi krog, katero mesto si boš priboril, ko vsi tečemo skupaj ... Zaradi vseh teh dejavnikov je za dvoranski nastop tudi veliko težje napovedati rezultat kot za nastop na prostem. Zato težko napovem nov državni rekord, sam zase pa lahko rečem, da sem sposoben teči pod 46 sekundami.

NASTOPI NA SP V BIRMINGHAMU

Petek, 2. marca, ob 12.20: prvi krog
Petek, 2. marca, ob 22.06: polfinale (?)
Sobota, 3. marca, ob 21.20: finale (?)

SVETOVNA LESTVICA 2017/18 na 400 metrov v dvorani

(Upoštevano je dejstvo, da na SP lahko nastopita po dva atleta iz ene države; norma za SP je bila 46,70 sekunde.)

1.	Bralon Taplin (Grn)	44,88
2.	Michael Norman (ZDA)	45,00
3.	Akeem Bloomfield (Jam)	45,02
4.	Fred Kerley (ZDA)	45,18
5.	Steven Solomon (Avs)	45,44
6.	Karsten Warholm (Nor)	45,59
7.	Derick Mokale (JA)	45,76
8.	Deon Lendore (TIT)	45,85
9.	Oscar Husillos (Špa)	45,86
10.	Javon Francis (Jam)	45,97
11.	Luka Janežič (Slo)	46,02
12.	Benjamin Vedel (Dan)	46,14
13.	Pavel Maslak (Češ)	46,14
14.	Jakob Krzewina (Pol)	46,15
15.	Karol Zalewski (Pol)	46,20
16.	Lee Thompson (VB)	46,23
17.	Kunle Fasasi (Nig)	46,24
18.	Abdaleh Haroun (Kat)	46,37
19.	Alonzo Russel (Bah)	46,38
20.	Rudolf Verhovijh (Rus)	46,39
...		





Označevanje v industriji

ADHEZIV

VODILNI V SLOVENIJI NA PODROČJU
INDUSTRIJSKEGA OZNAČEVANJA
IZDELKOV, POLIZDELKOV IN EMBALAŽE

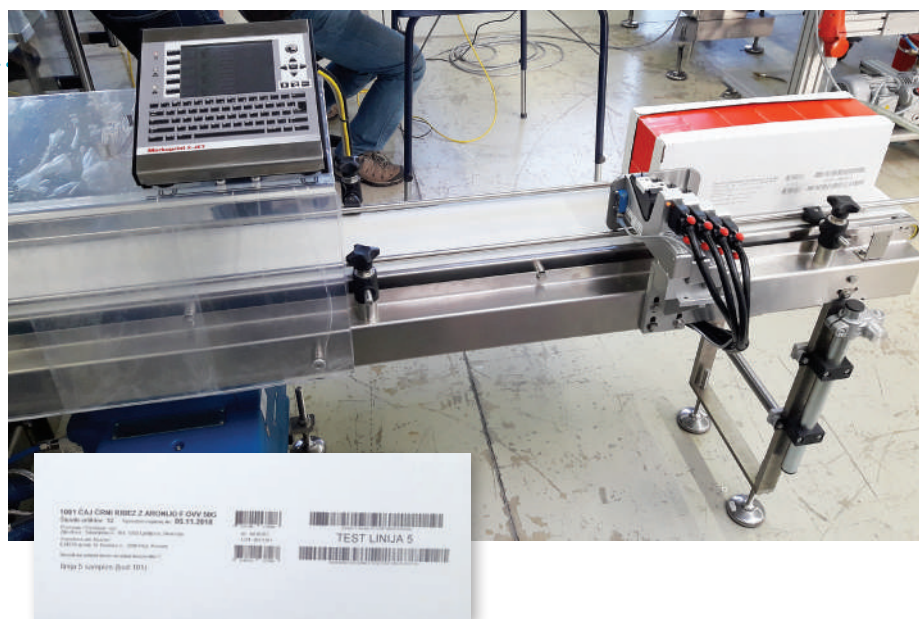


LEIBINGER
INK-JET

OZNAČEVANJE PRODUKTOV Z
NAJRAZLIČNEJŠI ČRNILI GLEDE
NA OBSTOJNOST, BARVO ...



VISOKO RESOLUCIJSKO
OZNAČEVANJE EMBALAŽE S
TIJ INK JET TISKALNIKI
MARKOPRINT



PONOSNI SPONZOR LUKE JANEŽIČA!

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

ANITA HORVAT

Tudi tepla se bo, če bo treba

Včasih ji kdo reče tudi slovenska atletska princeska, ker je videti zelo nežna in krhka, toda Anita je take vrste princeska, ki je pripravljena žrtvovati vse, iz sebe izcediti zadnjo kapljico znoja in še kakšno kapljo krvi, da doseže cilj, ki si ga je zastavila.

Ni bilo malo dvomov, da bo nadarjena Anita Horvat kdaj dosegla rezultate svetovne vrednosti. Ampak Anita je pod budnim in strokovnim očesom trenerja Roka Predaniča pokazala, da zna in zmore. Že lani je vse malce presenetila z novim državnim rekordom na 400 metrov in izpolnjeno normo za svetovno prvenstvo v Londonu. Kaj pa letos? Dvorana je še posebej zahtevna za tekače na 400 metrov, saj je zaradi naklona stez in skupinskega teka to skoraj povsem druga disciplina kot na prostem.

Aniti pa je uspelo, ker je verjela v to in ker je v to verjel njen trener. Odtekla je državni dvoranski rekord in hkrati dosegla normo za nastop na dvoranskem svetovnem prvenstvu v Birminghamu.

Vseeno pa so jo dobri rezultati malce presenetili. **»Tako dobri rezultati v zimski sezoni so me res malce presenetili. Nisem pričakovala, da bom tako dobro pripravljena in hkrati tekmovala na tako močnih mitingih, kot je bilo tekmovanje dvoranske svetovne serije mednarodne zveze. Dokazala sem, da sem zelo hitra in da sem tudi na tako močnih mitingih v ospredju, med najboljšimi. To je zagotovo zelo dobra popotnica za svetovno prvenstvo,«** je dejala Anita, ki se mora zavedati, da je še izjemno mlada in da bodo njeni najboljši rezultati v tej disciplini prišli šele čez pet ali šest let.

Konkurenca v teku na 400 metrov je v svetu izjemna. Tu je kopica zelo hitrih tekmovalk iz ZDA, Jamajčanke, Afričanke, poleg tega pa je tudi v Evropi kar lepo število res hitrih tekačic na 400 metrov – Britanke, Poljakinje, pozabiti pa smemo tudi na letos izjemno Švicarko Leo Sprunger. **»Za zdaj je boljša od mene. V letošnji zimski sezoni je pokazala, da je v izvrstni formi, odlično je pripravljena in njeni rezultati to tudi dokazujejo,«** je o tekmi razmišljala Anita, ki ve, da bo na vrh lahko prišla le korak za korakom, z ogromno truda in trdega treninga.

V zadnjih dveh mesecih, kolikor je Horvatova nastopala v dvorani, pa je pokazala tudi zelo enakovredne teke, saj ni bilo toliko nihanj v rezultatih, kot jih je imela še lani.



Tako dobri rezultati v zimski sezoni so me res malce presenetili. Nisem pričakovala, da bom tako dobro pripravljena in hkrati tekmovala na tako močnih mitingih, kot je bilo tekmovanje dvoranske svetovne serije mednarodne zveze. Dokazala sem, da sem zelo hitra in da sem tudi na tako močnih mitingih v ospredju, med najboljšimi.

»To drži, sama pa mislim, da je to posledica izkušenj, ki sem jih dobila lani, ko sem bila v bistvu prvič v res močni mednarodni konkurenci. Zdaj ni več toliko pomembno, kako se pred tekmo počutim, ne vrže me več iz tira vsaka stvar, ki gre malce narobe. Tega se res naučiš oziroma si nabiraš izkušnje, ki ti potem seveda pridejo prav, da si bolj sproščen in osredotočen na tekmo,« je razmišljala Anita. Dvoranskega teka jo je bilo seveda tudi malo strah, saj ima ta svoje posebnosti. **»Še vedno imam raje tek na prostem, na stadionu, toda tudi dvorana ima svoj čar. Tudi v dvorani zelo rada tečem. Sicer mislim, da bi bilo boljše, če bi tekmovalke ves čas tekle po svoji progi, saj velikokrat pride do prerivanja in celo spotikanja. Toda to je del našega športa, ki je prav zato tako zanimiv,«**



ENERGIJO NARAVE PREVAJAMO V ELEKTRIKO.



VODA + SONCE + JEDRSKA ENERGIJA

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.



SKUPINA
www.gen-energija.si

je še dejala Anita, ki se bo znala tudi stepsti, če bo treba: **»Na žalost se bo res treba. Na zadnji in predzadnji tekmi bi morala biti odločnejša. Na predzadnji tekmi sem dobila komolec v trebuh, česar mi res ne bi bilo treba oziroma bi se temu morala izogniti, če bi bila odločnejša. Naslednjič bom zagotovo bolj pozorna na to.«**

Cilj v Birminghamu je polfinale z osebnim rekordom. **»Ne vem, kako bodo pripravljene moje tekmice. Drugače pa je moj cilj res polfinale in osebni ter državni rekord. Sicer sem bila pred desetimi dnevi kar precej prehlajena, na srečo pa nisem dobila vročine in mi ni pobralo preveč moči. V Birminghamu želim tekmovali na enaki ravni ali še bolje kot pred boleznijo,«** je končala Anita.

Horvatova je bila v nedeljo na zadnji tekmi sezone dvoranske svetovne serije laaf v Glasgowu v teku na 400 metrov v izjemni svetovni konkurenci peta (53,76) in je v končnem seštevku osvojila tretje mesto. Zmagala je aktualna svetovna prvakinja na 400 metrov, Američanka Phyllis Francis (52,00). Lea Sprunger iz Švice, ki je že pred tem zmagala skupnem seštevku dvoranske svetovne serije (30 točk), tokrat ni nastopila; v seštevku sezone je bila druga Francisova (17), tretja pa Horvatova (14).

»Z izidom nisem preveč zadovoljna. Mislila sem, da mi prehlad prejšnji teden ni pobral toliko moči, vendar se je žal izkazalo nasprotno. Na progi je bilo veliko prerivanja, zapiranja in borb s komolci, zato nisem mogla ujeti pravega ritma in odteči v okviru svojih zmožnosti. Tudi druge tekmovalke niso dosegle časov blizu njihovim osebnim rekordom. Do SP imam še nekaj časa, da se popolnoma pozdravim, pa tudi še nekaj treningov, da se vrnem v formo,« je dejala Horvatova, ki je 8. februarja v Madridu s časom 52,22 sekunde izboljšala svoj prejšnji državni rekord.

Med atletinjami je bila v Glasgowu na dva dvoranska kroga druga Britanka Eilidh Doyle (52,38), bronasta v štafeti 4 x 400 metrov na olimpijskih igrah 2016 v Rio de Janeiru in srebrna v štafeti lani na svetovnem prvenstvu v Londonu.

Tudi na naslednjih mestih so bile članice štafete z odličji na velikih tekmah. Tretje mesto je zasedla Jamajčanka Stephenie Ann McPherson (52,69), bronasta na SP leta 2013 v Moskvi, četrta Jamajčanka Kaliese Spencer (53,59), dvoranska svetovna podprvakinja leta 2014 v Sopotu. Za Horvato pa je zaostala Britanka Anyika Onuora (54,42), bronasta leta 2016 v Amsterdamu na 400 metrov.

»Horvatova je tretja v skupnem seštevku. Če bi nama to kdo ponudil pred sezono, bi oba podpisala, tudi za nastop na SP, glede na izjemno visoke norme mednarodne zveze. Tu je imela strašno konkurenco, še bolna je bila, poleg tega smo bili včeraj od sedmih zjutraj do šestih zvečer na poti. A to je tudi dobro, ker se s tem ne bomo mučili pri selitvi v Birmingham. Imamo dovolj časa za nemotene priprave na SP,« je dodal Rok Predanič, trener Horvatove.

Z izidom nisem preveč zadovoljna. Mislila sem, da mi prehlad prejšnji teden ni pobral toliko moči, vendar se je žal izkazalo nasprotno. Na progi je bilo veliko prerivanja, zapiranja in borb s komolci, zato nisem mogla ujeti pravega ritma in odteči v okviru svojih zmožnosti. Tudi druge tekmovalke niso dosegle časov blizu njihovim osebnim rekordom.

NASTOPI NA SP V BIRMINGHAMU

Petek, 2. marca, ob 13.10: prvi krog

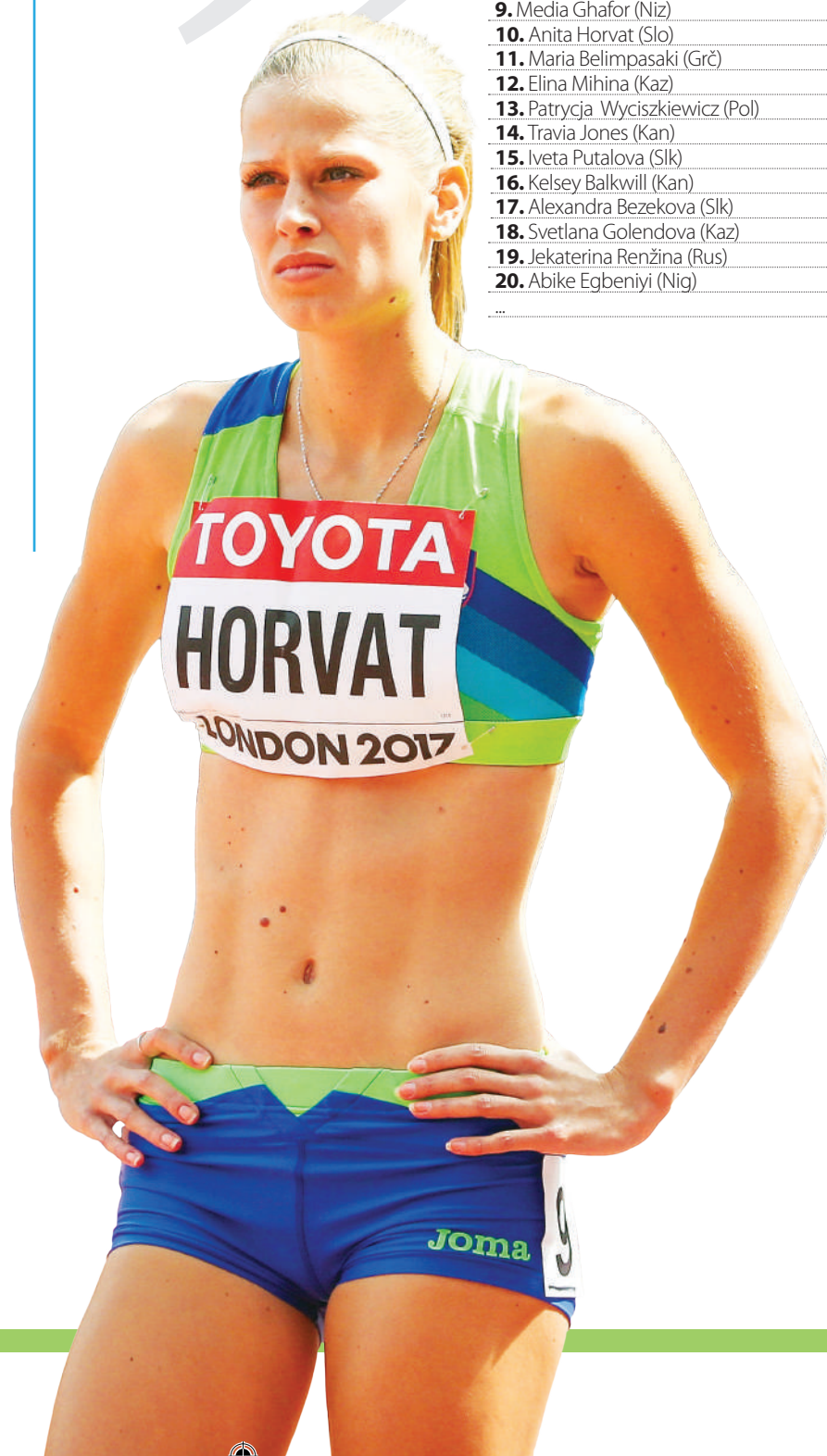
Petek, 2. marca, ob 21.32: polfinale (?)

Sobota, 3. marca, ob 21.05: finale (?)

SVETOVNA LESTVICA 2017/18 na 400 metrov v dvorani

(Upoštevano je dejstvo, da na SP lahko nastopita po dva atleta iz ene države; norma za SP je bila 53,15 sekund.)

1. Courtney Okolo (ZDA)	51,16
2. Shakima Wimbley (ZDA)	51,17
3. Lea Sprunger (Švi)	51,28
4. Justyna Swietly-Ersetic (Pol)	51,78
5. Eilidh Doyle (VB)	51,84
6. Phil Healy (Irs)	52,08
7. Tovea Jenkins (Jam)	52,12
8. Zoey Clark (VB)	52,12
9. Media Ghafor (Niz)	52,21
10. Anita Horvat (Slo)	52,22
11. Maria Belimpasaki (Grč)	52,28
12. Elina Mihina (Kaz)	52,53
13. Patrycja Wyciszkiewicz (Pol)	53,55
14. Travia Jones (Kan)	52,57
15. Iveta Putalova (Slk)	52,62
16. Kelsey Balkwill (Kan)	52,64
17. Alexandra Bezekova (Slk)	52,68
18. Svetlana Golendova (Kaz)	52,76
19. Jekaterina Renžina (Rus)	52,77
20. Abike Egbeniyi (Nig)	52,77



info@geoplin.si
www.geoplin.si

Več energije
za takšno življenje,
ki ga hočemo.

Geoplin. Energiji blizu.

geoplin
Energiji blizu.

ROK PREDANIČ

To sem vedel že vnaprej

Odličen atletske trener Rok Predanič trenira tako Luko Janežiča kot Anito Horvat; oba sta izpolnila normo za nastop na svetovnem dvoranskem prvenstvu v Birminghamu.

»S pripravi na sezono smo bili zelo zadovoljni. Žal pri nas še vedno nimamo pokrite dvorane z 200-metrsko krožno stezo, zato smo šli pozimi na priprave na Kanarske otoke in se izognili morebitnim poškodbam, predvsem pri Janežiču, ki je visok in zaradi večjih obremenitev prej tvega poškodbe v dvorani. Oba sta bila vabljeni na močne mitinge. Petek, 2. marca, ko so na SP zgodaj popoldne najprej kvalifikacije na 400 metrov, zvečer pa še polfinale, bo precej naporen. Imeli pa bomo dovolj časa za nemotene priprave,« je ocenil Predanič.

To, da sta se oba njegova vrhunska atleta uvrstila na svetovno prvenstvo, je zagotovo velika zmaga tudi za trenerja. »Ne morem reči, da je to moja osebna zmaga, zagotovo pa je to potrditev mojih dobrih odločitev od začetka priprav na to sezono. Uvrstitev na svetovno prvenstvo v Birmingham je kot pravilno potrdila tudi našo odločitev, da zimske sezone ne izpustimo, čeprav smo se na začetku pri Janežiču zelo nagibali k temu,« je razmišljal Predanič, ki svojim varovancem omogoči tudi veliko prostih dni. »Po nastopu na svetovnem prvenstvu v Londonu avgusta 2017 sem jim dal popolnoma prosto dva meseca. S tem se sicer določeni trenerji ne strinjajo, sam pa menim, da je to dobro. Da se telo res spočije, poleg tega pa se tekmovalci ali tekmovalka odpočijeta tudi psihično. Tako ne pride do prenasitnosti s treningi ali tekmovanji,« ima včasih tudi bolj samosvoj pogled na atletiko Predanič.

Potem so se odločili, da bodo kljub vsemu tekmovali tudi pozimi. »Da, tako smo se odločili, hkrati pa sem hotel čim bolj izključiti treninge v dvorani, kajti zaradi višine je za Luko večja nevarnost poškodb. Odšli smo na Kanarske otoke in nato za teden dni v Beograd, kjer pa smo trenirali v dvorani. Ravno toliko, da se navadijo na stezo, na proge, da začutijo dvorano kot tekmovališče. Že pred pripravi v Beogradu pa sem tako Luki kot Aniti povedal, da bosta oba izpolnila oziroma potrdila normi za svetovno prvenstvo,« je dejal Predanič in pojasnil tudi, zakaj so se sploh odločili

za tekmovanje v zimski sezoni: »Predolgo bi imeli samo treninge, poleg tega pa še nikoli nismo izpustili dvoranske sezone, tako da ne vemo, ali bi to, da bi izpustili zimski del, na atleta delovalo pozitivno ali ne. Trenirali bi od konca oktobra do začetka maja. To je pol leta brez tekm, kar je predolgo. Odložili pa smo se vsi skupaj.«

Oba njegova atleta sta precej napredovala. »Seveda. V prvi vrsti sta leto dni starejša in bolj izkušena. Anita je pokazala tudi določeno stalnost v rezultatih, česar prej ni imela. Poleg tega je dobri rezultati tudi psihično ne podrejo več. Luka pa je pri teh letih izjemno zrel tekmovalci, saj ima za seboj kopico velikih tekmovanj – od evropskih in svetovnih prvenstev do olimpijskih iger. Vse, kar je slabo, se mu je bolj ali manj že zgodilo. Luka je tudi na dvoranskih mitingih pokazal svojo moč, še vedno pa ima tudi rezerve. Za uspešen nastop v Birminghamu bomo potrebovali malo sreče, sicer pa svojima tekmovalcema popolnoma zaupam,« je razlagal Predanič, ki s tem seveda izkazuje tudi zaupanje v svoje delo.

Predanič je pričakoval oziroma upal, da bo na svetovno prvenstvo v Birmingham potoval še kateri slovenski atlet ali atletinja. »Upal sem, da bo v Birmingham potovala tudi Agata Zupin. Vedno je bolje, če je reprezentanca večja, že zaradi vzdušja v ekipi. Luki in Aniti sem že kot oče in mama,« se je nasmehnil Predanič in dodal še končni cilj, ki si ga je kot trener zadal za oba varovanca. »To, da oba odtečeta osebni in seveda hkrati državni rekord,« je končal Rok.

S pripravi na sezono smo bili zelo zadovoljni. Žal pri nas še vedno nimamo pokrite dvorane z 200-metrsko krožno stezo, zato smo šli pozimi na priprave na Kanarske otoke in se izognili morebitnim poškodbam, predvsem pri Janežiču, ki je visok in zaradi večjih obremenitev prej tvega poškodbe v dvorani. Oba sta bila vabljeni na močne mitinge. Petek, 2. marca, ko so na SP zgodaj popoldne najprej kvalifikacije na 400 metrov, zvečer pa še polfinale, bo precej naporen. Imeli pa bomo dovolj časa za nemotene priprave.



KADAR NI ČAS ZA ČUSTVA, JIH IZKLOPIŠ



Leto 2017 se je končalo, število medalj na največjih tekmovanjih v članski konkurenci je preseglo številko 30. Športniki so nas naučili, da moramo zahtevati več od sebe in ne od drugih, da je ključ do uspeha neobremenjenost, da hladna glava zmeraj zmaguje in da je treba poslušati svoje srce. Zavedati se moramo, da je šport pomemben za ljudi, za državo, za zdravje in ne nazadnje za povezovanje. Smo se Slovenci naučili stopiti skupaj?

Naši produkti pomagajo rasti posameznim podjetjem ali so v pomoč pri uresničevanju njihovih institucionalnih ciljev na vseh ravneh. Sledimo vsemu, kar je v zvezi s komunikacijami in informacijami, ter poskušamo razumeti globalne in specifične potrebe podjetij in posameznikov. Naše poslanstvo je razvijati orodja za spremljanje in razumevanje medijev.

WWW.PRESSCLIPPING.SI

Da bomo Slovenci v prihodnje še bolj uspešni, lahko poleg navijanja pred televizijskimi zasloni in stiskanja pesti na tekmovanjih, pomagamo športnikom, bodisi s pokroviteljstvom, donatorstvom ali s sponzorstvom. Najpogosteje uporabljena beseda sponzor-stvo je tujka, ki je k nam prišla iz anglo-saškega govornega področja (sponzoring), izvira pa iz latinske besede »spondere«, ki pomeni »svečano obljubiti«, »dati jamstvo«.

Definicij, kaj je sponzorstvo, je toliko kot je avtorjev, ki se ukvarjajo s tem pojmom. Retar je pred več kot 21 leti zapisal, da je sponzoriranje športa menjava med sponzorjem in sponzorirancem, v kateri dobi sponzor v zameno za sponzoriranje njemu ustrezno in primerno povračilo, sponzoriranec pa finančna ali druga sredstva za uresničitev svojega poslanstva. Sponzorstva ne moremo enačiti le z zakupom oglaševalske površine. Dosti bolj je v ospredju misel o pomoči in sodelovanju s sponzorirancem, ki komunicira s pomembnimi ciljnim skupinami. Zaradi boljše in bolj vsečne komunikacije se zato sponzor tudi identificira z nalogami sponzoriranja.

O naši kakovosti in strokovnosti pričajo mnoga uspešna in dolgoročna sodelovanja z različnimi organizacijami in podjetji.



POLETJE, KOT GA ŠE NI BILO

Berlin za nov sijaj

Slovenska atletika je pred izjemno pomembnim obdobjem. Poletna sezona bo pokazala, koliko kraljica športov v resnici velja pri nas. V vizirju je seveda evropsko prvenstvo, ki bo od 6. do 12. avgusta v Berlinu.



Zaradi izjemno zahtevnih norm za svetovna prvenstva je za slovensko atletiko pravo merilo celinsko oziroma evropsko prvenstvo. Prvič letos so se evropske zveze nekaterih športov zedinile in organizirale prvenstva v svojih športih v istem terminu. Prizorišči bosta dve – škotski Glasgow in nemški Berlin. V Glasgowu bodo prvenstva v gimnastiki, plavanju, veslanju, kolesarstvu, triatlonu in golfu, v Berlinu pa bo olimpijski stadion gostil najboljše Evropejce in Evropejke v atletiki.

Atletska zveza evropskemu prvenstvu v Berlinu namenja veliko pozornosti in bo organizirala kar nekaj akcij, da bi največje atletsko tekmovanje na stari celini bolj približala tudi navijačem. Posebna ambasadorja Atletske zveze Slovenije za Berlin bosta nekdanja vrhunška atleta Primož Kozmus in Marija Šestak, ki bosta sodelovala v vseh akcijah pod skupnim naslovom »Road to Berlin« oziroma Pot do Berlina.

Odgovorni za razvoj slovenske atletike pričakujejo, da bo norme za Berlin izpolnilo lepo število atletov in atletinj, tako da pričakujejo številčno odpravo v nemško prestolnico. Evropsko prvenstvo pa bo zelo pomembno za ponoven dvig slovenske atletike, ki bi se z uspehi spet lahko znašla v središču športne in širše pozornosti. Atletika je šport, pri katerem so potrebna dolga leta garanja, da dosežeš kolikor toliko spodoben rezultat mednarodne vrednosti. Zato in tudi zato, ker je format tekmovanj neprimeren predvsem za televizijske prenose, priljubljenost tega športa pada, zato se tudi mladi ne odločajo več za to, da bi se posvetili atletiki kot športu. Berlin bi lahko to spremenil in zato mora tudi slovenska zveza nameniti evropskemu prvenstvu vso pozornost in vsa sredstva, ki jih lahko.

DIAMANTNA LIGA 2018

Najboljša serija mitingov v atletiki, diamantna liga, bo v letu 2018 potekala od 4. maja do 31. avgusta. Nagradni denarni sklad so povečali za milijon ameriških dolarjev in bo letos 2018 znašal devet milijonov evrov ali 7,3 milijona evrov. Tudi v novi sezoni bodo na največjih svetovnih mitingih nastopali najboljši slovenski atleti – zagotovo Luka Janežič in Martina Ratej, možnost pa imajo še drugi, predvsem Anita Horvat, Agata Zupin... in seveda ostali, kar pa bo odvisno od njihovih rezultatov.

Razpored mitingov diamantne lige

4. maj	Doha	Katar
12. maj	Šanghaj	Kitajska
26. maj	Eugene	ZDA
31. maj	Rim	Italija
7. junij	Oslo	Norveška
10. junij	Stockholm	Švedska
30. junij	Pariz	Francija
5. julij	Lozana	Švica
13. julij	Rabat	Maroko
20. julij	Monako	Monako
21./22. julij	London	V. Britanija
18. avgust	Birmingham	V. Britanija
30. avgust	Zürich	Švica
31. avgust	Bruselj	Belgija

LONDON BO POLETI GOSTIL NOV SVETOVNI POKAL

Britanska prestolnica bo 14. in 15. julija letos premierno gostila nov svetovni pokal v atletiki, na njem pa bo nastopilo osem najboljših reprezentanc na svetu. Poleg Velike Britanije bodo poletni v Londonu nastopili še ZDA, Jamajka, Poljska, Kitajska, Nemčija, Francija in Južna Koreja, tekmovanja v kraljici športov pa bodo potekali na londonskem stadionu, ki je gostil tudi poletne olimpijske igre 2012. **»Gre za enega najbolj vznemirljivih novih dogodkov na mednarodnem atletskem prizorišču. Zahvalil bi se britanski atletski zvezi in londonskemu županu za gostovanje osmih najmočnejših atletih reprezentanc na svetu. Nedvomno gre za dogodek, ki bo pravo doživetje za atlete in gledalce,«** je v zvezi s tem med drugim dejal predsednik Mednarodne atletske zveze Sebastian Coe.

DVORANSKO PRVENSTVO SLOVENIJE

Boljše ne bo, dokler je ne bo



Ker v Sloveniji seveda ne premoremo nobene dvorane s krožno 200-metrsko stezo, so slovenski atleti in atletinje še vedno primorani na slovenskem prvenstvu tekmovali v tujini.

V Ljubljani naj bi letos celo začeli graditi krožno dvorano, podobno naj bi se zgodilo s pokritjem velodroma v Češči vasi pri Novem mestu, pa vendar bodo tekmovalci v kraljici športov res verjeli temu, ko bodo v teh dvoranah tudi prvič nastopili.

Tako je bilo državno prvenstvo razdeljeno na dva kraja – v teku na 60 metrov ter v daljinskih in višinskih skokih je bilo državno prvenstvo v celjski dvorani, v krožnih teh pa je bilo v Zagrebu.

Nika Glojnarč (Brežice) je na odprtem dvoranskem prvenstvu v Celju zmagala v teku na 60 metrov ovire z 8,31 sekunde in le 17 stotink zaostala za normo (8,14) za marčevsko dvoransko svetovno prvenstvo v Birminghamu; ta bi morala biti dosežena do 19. februarja, vendar dosežek kaže na vrednost izida leta 2000 rojene tekmovalke.

Tudi njen vrstnik Jakob Filip Demšar (Mass) na visokih ovirah ni bil daleč od tega cilja, zmagal je z 8,13 sekunde, norma pa je bila 7,70. Na 60 metrov sta zmagovalca za dobro desetinko ugnala tekmece. Enej Leban (Gorica) je tekel 6,86 (norma za SP 6,63), Vika Rutar (Mass) pa 7,64 (norma 7,30).

V skoku s palico sta zmagi odšli v tujino. Portugalec Rubem Miranda je s 5,30 metra ugnal slovenskega rekorderja Roberta Rennerja (Kladivar), ki je s 5,00 zaostal tudi za svojimi najboljšimi izidi sezone, Tatiane Caarne iz Italije pa je s 4,10 ugnala Saro Berčan (Olimpija, 3,90). V skoku v daljino je prek šestih metrov skočila le Maja Bedrač (Ptuj, 6,07), prek 13 metrov pa je v troskoku zmogla le Eva Mustar (Mass, 13,02).

Agata Zupin (Kamnik) je na prvenstvu v Zagrebu na 400 metrov za skoraj sekundo prehitela najbližjo zasledovalko in s 54,33 sekunde 85 desetink zaostala za osebnim rekordom. Jan Kokalj (Kladivar) je na 1500 metrov s 3:55,82 za skoraj 15 sekund ugnal vse tekmece.

Na 3000 metrov je dvoboj dveh maratoncev med člani dobil Rok Puhar (Triglav), udeleženec teka na 42 kilometrov lani na svetovnem prvenstvu v Londonu (8:43,52), pred Robertom Kotnikom (Kronos, 9:00,88), vendar je drugi čas skupno dosegel prvi mladinec Matevž Cimermančič (Dolenjske Toplice), ki je bil drugi s časom pod devetimi minutami (8:51,62).

Na 800 metrov je boljši čas od članic dosegla zmagovalka med mladinkami Zala Sekavčnik (Slovenj Gradec, 2:14,46), na tej razdalji sta bila kar dva mladince na čelu z Janom Vukovičem (Kladivar, 1:52,21) hitrejša od članskega prvaka.

Podobno se je zgodilo tudi na 1500 metrov, kjer je najboljši čas med vsemi dosegla mladinka Karin Gošek (Kladivar, 4:39,36). Med člani je na dva dvoranska kroga slavil Lovro Košir Mesec (Mass, 48,24), na 3000 metrov pa je bila najhitrejša Eva Skaza (Poljane Maribor, 10:24,04).

MOŠKI

60 m:

1. Enej Leban (Gor)	6,86
2. Tilen Ovniček (Krk)	6,94
3. Enej Vrhunec (Mass)	6,95

60 m ovire:

1. Jakob Filip Demšar (Mass)	8,13
2. Matej Lindič (Kro)	8,46
3. Žan Viher (Ptu)	8,50

400 m:

1. Lovro Košir Mesec (Mass)	48,24
2. Rok Ferlan (Tri)	48,78
3. Tadej Enci (Vel)	49,84

800 m:

1. Jaka Pogorevc (SIG)	1:56,17
2. Alen Kolman (Pmb)	1:57,15

1500 m:

1. Jan Kokalj (Kla)	3:55,82
2. Jan Kramer (Vel)	4:10,39
3. Domen Marš (Tri)	4:11,58

3000 m:

1. Rok Puhar (Tri)	8:43,52
2. Robert Kotnik (Kro)	9:00,88

višina:

1. Luka Zidar (Mass)	2,03
2. Tilen Zupanc (Mass)	2,03
3. Juš Smole (Kro)	2,00

palica:

1. Rubem Miranda (Por)	5,30
2. Robert Renner (Kla)	5,00
3. Rok Doberšek (Bre)	4,80

daljina:

1. Nino Celec (ASB)	7,27
2. Rok Renner (Kla)	7,06
3. Žiga Vrščaj (Mass)	7,03

troskok:

1. Žiga Vrščaj (Mass)	15,48
2. Dino Subašič (Vel)	14,76
3. Tine Šuligoj (Gor)	14,63

ŽENSKE

60 m:

1. Vika Rutar (Mass)	7,64
2. Iza Obal (Kro)	7,73
3. Iza Slejko (Gor)	7,74

60 m ovire:

1. Nika Glojnarč (Bre)	8,31
2. Tara Keber (Kro)	9,02
3. Valentina Vavdi (ASB)	9,05

400 m:

1. Agata Zupin (Kam)	54,33
2. Anja Benko (Pan)	56,31
3. Aneja Simončič (Mass)	56,56

800 m:

1. Mojca Centrih (AKŠ)	2:15,68
------------------------	---------

1500 m:

1. Laura Guzelj Blatnik (Kro)	4:49,06
2. Breda Škedelj (Krk)	4:57,93

3000 m:

1. Eva Skaza (Pmb)	10:24,04
--------------------	----------

višina:

1. Lia Apostolovski (Mass)	1,74
2. Monika Podlogar (Tri)	1,71
3. Liza Žvokelj (Mass)	1,55

palica:

1. Tatiane Caarne (Ita)	4,10
2. Sara Berčan (Oli)	3,90
3. Nastja Modic (Bre)	3,80

daljina:

1. Maja Bedrač (Ptu)	6,07
2. Lara Krnc (Kra)	6,00
3. Nika Ude (Kro)	5,81

troskok:

1. Eva Mustar (Mass)	13,02
2. Petra Koren (Kro)	12,91
3. Eva Pepelnak (Kla)	12,88

MLADINKE

400 m:

1. Vladislava Tuhaj (Mass)	57,10
----------------------------	-------

800 m:

1. Zala Sekavčnik (SIG)	2:14,46
-------------------------	---------

1500 m:

1. Karin Gošek (Kla)	4:39,36
2. Urška Arzenšek (Kla)	4:51,08
3. Maja Per (Dom)	4:55,68

3000 m:

1. Kim Ameršek (Kro)	11:16,24
2. Hana Šurk (Kro)	11:19,87
3. Ana Grobler (Krk)	11:35,32

MLADINCI

400 m:

1. Timotej Šalamon (Vel)	53,27
--------------------------	-------

800 m:

1. Jan Vukovič (Kla)	1:52,21
2. Rok Markelj (Tri)	1:53,75

1500 m:

1. Vid Botolin (Kla)	4:16,37
----------------------	---------

3000 m:

1. Matevž Cimermančič (Dto)	8:51,62
2. Matija Rizmal (Rad)	9:06,73

MARIJA ŠESTAK

Ena nova, druga žlahtnejša

Mariji Šestak bodo na dvoranskem svetovnem prvenstvu v začetku marca v Birminghamu podelili srebrno kolajno namesto bronaste, ki jo je sicer osvojila v troskoku na dvoranskem SP 2008 v Valencii.

V vzorcu Grkinje Hrisopiji Deveci, vzetem avgusta 2007, so namreč na ponovnem testiranju odkrili stanazolol ter ji črtali vse izide v naslednjih štirih letih, tudi bronasto kolajno z olimpijskih iger 2008 in srebrno s SP 2008. V Valencii je sicer zmagala Kubanka Yargelis Savigne (15,05 m) pred Devecijevo (15,00 m) in Šestakovo (14,68 m).

Odlično je, da si izredno resno prizadevajo za to, da je dopinga čim manj, in tako je treba delati tudi naprej. Toda ta trenutek na zdaj osvojeno kolajno gledam z mešanimi občutki, kot da mi je nekdo ukradel kakšen velik in pomemben trenutek v življenju. Že pred časom sem na to pomislila, zakaj zdaj odkrivajo in odpirajo to za nazaj. Tega tam nisem doživela, zame se ne bo nič spremenilo.



MARIJA ŠESTAK

Rojena: Martinović, 17. 4. 1979, Kragujevac

Klub: AD MASS, Ljubljana

Trenerji: Vladan Luković (med letoma 1991 in 1995), Danial Temim (med letoma 1997 in 2004), Matija Šestak (od leta 2006 dalje)

MEDNARODNI USPEHI ZA REPREZANTANCO JUGOSLAVIJE OZIROMA SRBIJE

1997 – evropsko prvenstvo za mladinke, Ljubljana; troskok (13.54, +1.9) – 2. mesto

1998 – svetovno prvenstvo za mladinke, Annecy; troskok (13.47, +0.4) – 3. mesto

2001 – evropsko prvenstvo za mlajše članice, Amsterdam; troskok (13.72, 0.0) – 2. mesto

MEDNARODNI USPEHI – ZA REPREZANTANCO SLOVENIJE OD LETA 2007

2007 – svetovno prvenstvo na prostem, Osaka; troskok (14.72, +0.2) – 3. mesto

2008 – olimpijske igre, Peking; troskok (15.03, +1.1) – 5. mesto

2008 – svetovno prvenstvo v dvorani, Valencia; troskok (14.68) – 2. mesto

2009 – evropsko prvenstvo v dvorani, Torino; troskok (14.60) – 2. mesto

2012 – olimpijske igre, London; troskok (13.98, –0.7) – 11. mesto

Zdaj 38-letna Šestakova, zaposlena na AZS za pomoč strokovnemu delu in za odnose z javnostmi, bo prihodnje leto dobila še eno kolajno. Bronasto kolajno s svetovnega prvenstva v Osaki 2007 v troskoku bo prejela na stadionu svetovnega prvenstva leta 2019 v Dohi. V japonski Osaki je bila peta. Mednarodno arbitražno razsodišče za šport v Lozani je lani potrdilo, da si je ruska atletinja Ana Pjatih prislužila štiriletni dopinški suspenz zaradi uporabe anaboličnih steroidov in je izgubila dosežke v obdobju med 6. julijem 2013 in 15. decembrom 2016.

To je že drugi odkriti primer dopinga v tej disciplini na omenjenem tekmovanju. Rusinja je sprva na SP končala na četrtem mestu, tik pred Šestakovo, a je do bronaste kolajne prišla za zeleno mizo po tem, ko je bila kolajna zaradi dopinga odvzeta Devecijevi.

»Odlično je, da si izredno resno prizadevajo za to, da je dopinga čim manj, in tako je treba delati tudi naprej. Toda ta trenutek na zdaj osvojeno kolajno gledam z mešanimi občutki, kot da mi je nekdo ukradel kakšen velik in pomemben

trenutek v življenju. Že pred časom sem na to pomislila, zakaj zdaj odkrivajo in odpirajo to za nazaj. Tega tam nisem doživela, zame se ne bo nič spremenilo. Povsem drugače bi bilo, če bi na tekmovanju osvojila kolajno, ko si na zmagovalnem odru, ko dvigajo zastavo. Ko se ta občutek osebnega nelagodja malo poleže, pa je jasno prav, da se tako dopinške primere odpira tudi za nazaj, da se razčisti in je to obenem opomin za mlade, da premislijo, ko se začnejo ukvarjati z atletiko, kaj je prav in da ni bližnjic,« je povedala Šestakova, ki ima v dvorani s 15,08 metra še vedno četrti izid vseh časov na svetu.

Šestakova pa bo že na dvoranskem SP v Birminghamu prejela srebrno kolajno za nastop na SP pred 10 leti.

»V Valencii sem že osvojila kolajno pred 10 leti, le da je bila bronasta. Tako sem doživela trenutek, ko sem bila na zmagovalnem odru, ki je res nekaj posebnega. Toda leto dni prej, na SP na prostem v Osaki, sem bila v svojem prvem nastopu na veliki tekmi za Slovenijo peta, a bom po diskvalifikacijah dveh tekmovalk zaradi dopinga prejela bronasto kolajno. Ta kolajna, če bi jo dobila tedaj, pa bi korenito vplivalo na mojo siceršnjo športno pot. Na naslednjih tekmah bi tekmovala bolj sproščeno, tudi denarnih sredstev bi imela gotovo več,« je menila Šestakova.

Pri nas vse pridelamo doma, tudi elektriko.

Domača sončna elektrarna na ključ.

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 energetska 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.
- **Z nepovratnimi sredstvi Eko sklada zdaj do 20 % ugodneje.**



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 Kronoterm.



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 dolgoročna garancija in jamstvo**
Garancijske dobe sestavnih delov sončne elektrarne od 10 do 25 let. 10-letno jamstvo na nepuščanje strehe pod elektrarno.

SNEŽANA VUKMIROVIĆ

Veliko je trenutkov, ki se jih rada spominjam

Snežana Vukmirović je ena naših najuspešnejših slovenskih atletinj. Že kot zelo mlada je kazala izjemen talent za sprinterske in skakalne discipline, največje uspehe pa je dosegla v troskoku.

Snežka je bila uspešna tudi na največjih mednarodnih tekmovanjih. Njen osebni rekord znaša 14,58 metra. Svoj največji uspeh je dosegla leta 2013, ko je na svetovnem prvenstvu v Moskvi končala na devetem mestu. Lahko se pohvali tudi z drugim mestom na sredozemskih igrah, četrtnim mestom na evropskem prvenstvu v dvorani (Pariz, 2011) in sedmim mestom na evropskem prvenstvu v Zürichu leta 2014. Kariero je začela s trenerjem Borisom Sulčičem v Kopru, kasneje jo je treniral Bolgar Ico Gergov, po premoru in rojstvu hčerke Lare pa je kariero nadaljevala s trenerjem Srdjanom

V vsakem trenutku svoje kariere sem se trudila dati vse od sebe, zato ničesar ne obžalujem. Tako dobri kot slabi trenutki so sestavni del športa in tako je v življenju vsakega športnika.

Djordjevičem. Snežka je bila temperamentna, pogumna in vztrajna tekmovalka, ki je navduševala s svojim talentom in simpatičnostjo.

Prišel je trenutek, da troskoku pomahate v slovo. Kaj vas je napeljalo k odločitvi o koncu kariere in kdaj ste se odločili, da prenehate tekmovali?

Odločitev je dozorevala kar nekaj časa. Glavni razlog niso bila leta, temveč poškodbe, ki so mi preprečile nadaljevanje, in v teh okoliščinah nisem imela izbire.

Spomnimo se vaših začetkov. Kako ste pristali na atletskem stadionu?

Z atletiko se je najprej začela ukvarjati moja sestra Radmila in spremljala sem jo na stadion. Že takoj sem vedela, da nisem tip

za teke, in tako sem se hitro znašla v sprinterskih in skakalnih disciplinah. Na začetku sem se le igrala in nisem si mislila, da bom kdaj resno trenirala. Dobri rezultati pa so me motivirali in odločila sem se za profesionalno ukvarjanje z atletiko.

Kateri trenutek v karieri vam je ostal v najlepšem spominu, katerega pa bi najraje pozabili?

Vesela sem, da je kar nekaj trenutkov, ki se jih rada spominjam. Uvrstitev v finale svetovnega prvenstva v Moskvi je zagotovo eden najlepših. Nikoli ne bom pozabila tudi skoka čez 14,50 metra (14,58 m) na atletskem pokalu v Novi Gorici. Grenak priokus pa bo ostal zaradi olimpijskih iger. Dvakrat sem bila zelo blizu, a na koncu obakrat ostala doma.

Ali kaj obžalujete in bi kaj naredili drugače, kot ste?

V vsakem trenutku svoje kariere sem se trudila dati vse od sebe, zato ničesar ne obžalujem. Tako dobri kot slabi trenutki so sestavni del športa in tako je v življenju vsakega športnika.

Ste ponosna mama 11-letne Lare. Kako težko je bilo usklajevati vlogo mamice in vrhunske športnice?

Zelo težko. Dokler je bila Lara zelo majhna, je bilo precej zapleteno in logistično zahtevno. Imela sem srečo, da mi je veliko pomagala mama. Ko je Lara zrastle, pa se je položaj bistveno izboljšal in postalo mi je lažje. Zdaj je že aktivna na stadionu in trenira pri moji sestri Radmili, ki ima svojo atletsko šolo.

Kaj vam je dala atletika? Vam je kaj vzela?

Atletika mi je dala ogromno. Oblikovala me je kot osebo. Marsikaj sem se naučila, veliko sem potovala, spoznala izjemne ljudi. Nimam občutka, da sem bila za kaj prikrajšana, ker sem bila poklicna športnica.



Veljate za eno najlepših športnic. Koliko vam je lepota pomagala ali vas ovirala na vaši športni poti?

Zlagala bi se, če bi rekla, da me je lepota ovirala. Lepota je pri športnicah lahko samo plus, toda atletika je merljiv šport in brez rezultatov ni nič. Samo lepota ni dovolj za zgodbo o uspehu.

Že imate službo? Kaj imate v načrtih?

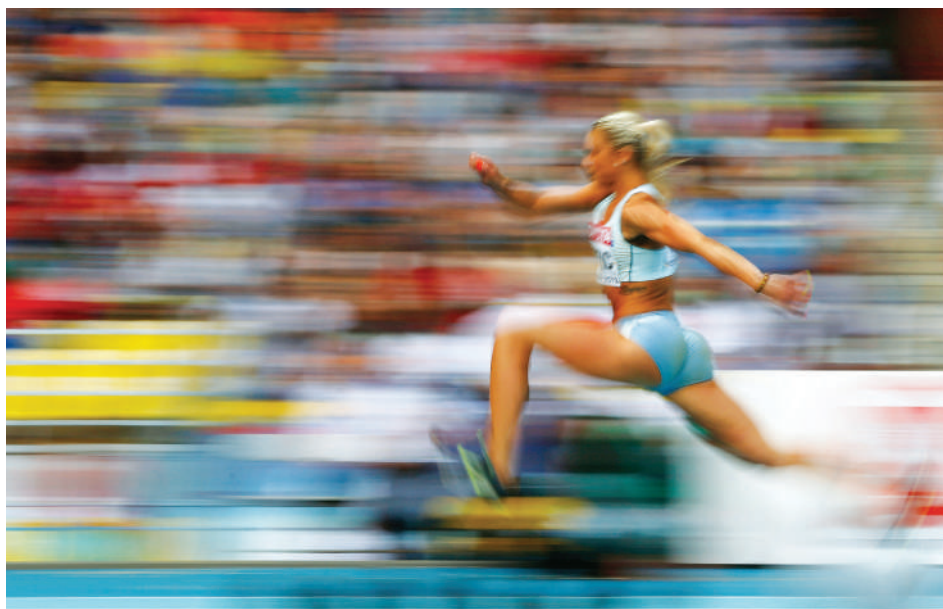
Začela sem delati v gradbenem podjetju in priznati moram, da je bil to zame kar velik šok. Zdaj, po nekaj mesecih, sem se že veliko naučila in je lažje. Trenutno sem tudi na izobraževanju za osebno trenerko, saj bi rada delala tudi na tem področju.

Kako težak je prehod v novo življenje, kjer ni tekmovanj, potovanj, dodatnega adrenalina?

Na začetku se mi je življenje malo obrnilo na glavo, saj sem pogrešala stadion, tekmovanja, potovanja ... Toda hitro sem se prilagodila na novo življenje in počutim se dobro. Veliko časa preživim s hčerko, delam in hodim v fitnes, ker si ne predstavljam življenja brez telesne aktivnosti.

Kje se vidite čez 10 let?

Ne gledam tako daleč. Trenutno se posvečam hčerki in novi službi. Prosti čas preživim tudi v družbi prijateljev. S svojim življenjem sem zadovoljna in pripravljena sem na vse izzive, ki mi jih bo še prineslo.



Na začetku se mi je življenje malo obrnilo na glavo, saj sem pogrešala stadion, tekmovanja, potovanja ... Toda hitro sem se prilagodila na novo življenje in počutim se dobro. Veliko časa preživim s hčerko, delam in hodim v fitnes, ker si ne predstavljam življenja brez telesne aktivnosti.

sončni sistemi

ECO STRELA

Toplotne črpalke, klime in IR paneli

LED razsvetljava

Električne rolke

Električna kolesa, skiroji in skuterji

EKO energija
vrhunska tehnologija

Sončne elektrarne za samooskrbo

07 348 11 70
info@soncni-sistemi.si
www.soncni-sistemi.si

PODPIS POGODB Z ATLETI ZA LETO 2018

Za dober skok in tek naprej

Atletska zveza Slovenije je podpisala pogodbe s 15 atletinjami in atleti za letošnjo sezono, v kateri sta glavni tekmovanji svetovno dvoransko prvenstvo v Birminghamu v začetku marca in evropsko prvenstvo avgusta v Berlinu.



V vrhunski selekciji je šesterica, v internacionalni pa je devet tekmovalcev. V najvišji selekciji, vrhunski, so Luka Janežič (Kladivar, 400 m), Anita Horvat (Velenje, 400 m), Martina Ratej (Kladivar, kopje), Agata Zupin (Kamnik, 400 m ovire), Tina Šutej (Kladivar, palica) in Maruša Černjul (Kladivar, višina).

Janežič in Horvatova sta zimsko sezono odprla s slovenskima rekordom na 400 metrov in zanesljivo potrdila normi za dvoransko SP, že v četrtek pa bosta nastopila na tekmi IAAF World indoor Toura v Madridu. Po uvodnem mitingu v Nemčiji je Horvatova s sedmimi točkami skupno druga, prva je Švicarka Lea Sprunger (10), pri moških 400 metrov v tej sezoni ne šteje v skupni vrstni red.

Poleg šestih članov vrhunske selekcije je v naslednji, internacionalni, devet članov, sestavljajo jo Veronika Domjan (Ptuj, disk), Maja Mihalinec (Velenje, 100 in 200 m), Maruša Mišmaš (Mass, 3000 m zapreke), Barbara Špiler (Brežice, kladivo), Rok Puhar (Triglav, maraton), Jan Petrač (Mass, 800 m), Nejc Pleško (Olimpija, kladivo), Robert Renner (Kladivar, palica) in Žan Rudolf (Mass, 800 m).

Za uvrstitev v vrhunsko selekcijo je potrebna norma A za olimpijske igre in svetovno prvenstvo, kolajna na evropskem prvenstvu, uvrstitev do 32. mesta na lestvici Mednarodne atletske zveze ali rezultat, vreden nad 1150 točk po mednarodnih tablicah. Za internacionalno selekcijo je pogoj norma za EP. V vrhunski selekciji tekmovalci dobijo po 9000 evrov razen Martine Ratej, ki bo letos prejela 11.000, v internacionalni pa vsi dobijo enako, po 4500 evrov, brez dodatkov za nastope v finalih velikih tekmovanj, ki znaša 2000 evrov. Poleg atletov bodo denarne nagrade s pogodbo dobili tudi njihovi trenerji, in sicer 33 odstotka višine zneska, ki ga dobi tekmovalec.

Na podpisu pogodb sta manjkala le Maruša Černjul, ki je na študiju v ZDA, ter Nejc Pleško, ki je skupaj s trenerjem in predsednikom strokovnega sveta Vladimirjem Kevom na pripravah v Braziliji. »To je lep uvod v pomembno sezono. Vesel sem, da bomo podpisali pogodbe z najuspešnejšimi atleti in njihovimi trenerji. Sredstva bodo omogočila kar najbolj nemotene priprave za doseganje vrhunskih

izidov. Zveza bo podprla kar 122 posameznikov, skoraj 60.000 evrov pa bomo namenili za najboljše. Za programe bomo odšteli 245.000 evrov, za priprave bo na voljo 185.000, za tekmovanja pa več kot 100.000 evrov,« je pojasnil predsednik AZS Roman Dobnikar.

Po njegovih besedah si zveza želi, da bi imela tudi v prihodnje tekmovalce za vrhunske izide na največjih tekmovanjih, zato so oblikovali tudi osemnajstčlansko vrhunsko mlado selekcijo do 23 let, v kateri so Nika Glojnarčič (100 m ovire), Tami Ščančar (100 m, 200 m), Iza Obal (100 m, 200 m), Maja Bedrač (daljina), Eva Pepelnak (troskok), Lara Omerzu (višina), Neja Filipič (daljina), Eva Mustar (troskok), Lara Zupanc (palica), Karin Gošek (2000 m zapreke), Lara Krnc (mnogoboj), Gregor Grahovac (400 m), Filip Jakob Demšar (110 m ovire), Mitja Kordež (100 m, 200 m), Rok Renner (daljina), Kristijan Čeh (disk), Nace Pleško (krogla) in Blaž Zupančič (krogla). V zadnjem, četrtem razredu so člani nacionalne panožne ekipe, ki jih je skoraj 100.



Slovenske železnice

GREM Z VLAKOM 

www.slo-zeleznice.si



Budimpešta?
Zakaj pa ne!



Vozovnice
že od

9€

Cena velja za enosmerno vozovnico iz Ljubljane. Številko nizkocenovnih vozovnic je omejeno.



DVORANSKA TEKMOVANJA 2018

Oh, če bi še pri nas imeli pravo dvorano

LJUBLJANA, 15. JANUARJA

Nika Glojnarčič (Brežice) je na mednarodnem dvoranskem mitingu v Ljubljani zmagala tako v teku na 60 metrov (7,69 sekunde) kot tudi na 60 m ovire (8,43), kjer je za skoraj šest desetink ugnala vse tekmice. Na 60 m je med atleti pod sedmimi sekundami tekla le Tilen Ovniček (Krka, 6,98).

Eva Pepelnak (Kladivar), šesta lani na SP za mlajše mladince (do 18 let) v Keniji, je v troskoku z 12,72 m za deset centimetrov ugnala Petro Koren (Kronos), državno prvakinja in 13. z dvoranskega EP lani v Beogradu.

V skoku v daljino se je izkazal Hrvat Sanjin Šimić s 7,73 m, med atletinjami pa je čez šest metrov zmogla le Manca Starašinič (Mass, 6,03 m). V skoku s palico je bila za Hrvatico Martino Fileš (3,95 m) Sara Berčan (Olimpija, 3,90 m), Portugalec Rubem Miranda pa je v tej disciplini slavil med člani (5,30 m).

Jan Luxa iz Senadola pri Divači je pod italijansko zastavo slavil v troskoku (15,87 m), zadnji disciplini tekmovanja.

Atleti AK Gorica so uspešno nastopili na mednarodnem mitingu v Udinah. V teku na 60 m je bil najhitrejši Enej Leban (6,93), v ženski konkurenci je Tina Slejko osvojila drugo mesto (7,84). Tine Šuligoj je v troskoku dosegel nov osebni rekord (14,36 m) in končal tekmovanje na drugem mestu. Med mladinci je bil v teku na 60 m z ovirami najhitrejši Matej Stanič (8,63).

PRAGA, 18. JANUARJA

Blaž Zupančič, finalist lanskega evropskega prvenstva U-23, je uspešno začel sezono 2018. Na mednarodnem mitingu v Pragi je zasedel 4. mesto ter sunil kroglo do novega osebnega rekorda – 18,91 m!

Robert Renner, slovenski rekorder v skoku s palico, je uspešno zaključil priprave v Franciji in optimistično čaka na začetek sezone.

CELJE, 20. JANUARJA

Robert Renner (Kladivar Celje), slovenski rekorder v skoku s palico, je na dvoranskem atletskem mitingu v Celju v svojem prvem nastopu v sezoni preskočil le začetno višino 5,20 m. Petra Koren (Kronos) je zmagala v troskoku (12,94 m).

Tami Ščančar (Kladivar Celje) je bila prva v cilju na 60 m (7,79 sekunde) pred Majo Bedrač (Ptuj, 7,85) in Veroniko Herič (Kladivar, 7,91). Ščančarjeva je bila



Tekel sem čas blizu državnega mladinskega in osebnega rekorda. V prvih 200 metrov sem bil malo prehitel, padel sem v tak način teka v skupini, saj me je na koncu malo 'pobralo'.

Jure Grkman

peta lani na mladinskem SP v Keniji na 100, Maja Bedrač pa srebrna na EP za mlajše mladince 2016 in šesta lani na EP za starejše mladince, obakrat v skoku v daljino. Med atleti je na 60 m slavil Enej Vrhunec (Mass, 7,00) pred Borom Kolarjem Bačnikom (Kronos, 7,06).

JABLONEC, 20. JANUARJA

Slovenski atlet Blaž Zupančič je na mitingu v češkem mestu Jablonec prvič v karieri kroglo sunil čez 19 m. Zmagal je z 19,37 m in precej

popravil osebni rekord, ki ga je pred nekaj dnevi dosegel v Pragi (18,91 m).

DUNAJ, 21. JANUARJA

Številni slovenski atleti so pretekli konec tedna nastopili na mednarodnem mitingu na Dunaju. Najbolj sta se izkazala Zala Istenič (Mass) in Mitja Kordež (Slovenj Gradec), ki sta izboljšala slovenska rekorda v teku na 200 m v kategoriji mlajših mladincev. Zalin rekord znaša 24,63, Mitja pa se je spustil pod mejo 22 sekund (21,94).

Joni Tomičič Prezelj (Olimpija) je v teku na 60 m ovire zasedla drugo mesto (8,40), pred njo je bila le Hrvatica Ivana Lončarek (8,18). Številni slovenski predstavniki so bili tretji, med njimi Jan Žumer (Mass) na 200 m (22,13).

Na 400 m sta bila prav tako tretja Tilen Šimenko Lalič (Poljane Maribor, 49,51) in Zala Istenič (Mass, 56,26), četrta pa je bila Vladislava Tuhaj (Mass, 57,11).

Na 800 m je v pretežno slovenski konkurenci slavil Rok Ferlan (Kranj, 1:52,86) pred Rokom Markljem (Triglav, 1:53,28), med atletinjami pa je bila na tej razdalji tretja Zala Sekavčnik (Slovenj Gradec, 2:14,41).



POZOR, REDNA VADBA LAHKO POVZROČI DOBRO POČUTJE!

Trenirajte na
varuhzdravja.si

Telovadite, kjerkoli se počutite sproščeno, doma, v pisarni, parku ali hotelu. Telovadite v svojem tempu in uživajte. Telovadite s profesionalnimi trenerji in znanimi osebnostmi. Preizkusite se v različnih vadbah aerobike, joge, pilatesa in drugih.

Vstopite v največjo slovensko spletno telovadnico in trenirajte brezplačno!



**VARUH ZDRAVJA
VZAJEMNA**

VIDEM, 21. JANUARJA

Slovenski atleti so nastopili tudi v italijanskem Vidmu. Najuspešnejši je bil Tilen Ovinček (Krka), ki je zmagal v teku na 60 m z rezultatom 6,95, Tina Slejko (Gorica) pa je v isti disciplini osvojila drugo mesto (7,82).

Matej Stanič je slavil v teku na 60 m ovire v kategoriji starejših mladincev (8,53), Žiga Leban pa je bil najhitrejši v kvalifikacijah teka na 60 m (7,15) v isti kategoriji. Žal v finalnem teku ni nastopil, ker je tekmovanje potekalo v okvirju pokrajinskega prvenstva in je njegov nastop štel kot nastop zunaj konkurence.

OSTRAVA, 25. JANUARJA

Anita Horvat je na atletskem dvoranskem mitingu v Ostravi na Češkem v teku na 300 m zmagala in s 37,34 sekunde dosegla najboljši slovenski izid v zgodovini. Te discipline ni v statistiki državnih rekordov, kar velja tudi za evropsko in svetovno raven. Agata Zupin, druga slovenska predstavica, si je delila drugi čas (37,60).

Jure Grkman je bil prav tako na 300 m v prvi skupini drugi z osebnim rekordom in tudi najboljšim slovenskim časom doslej (33,94), skupno pa je zabeležil četrty izid.

DUNAJ, 27. JANUARJA

Luka Janežič je na dvoranskem atletskem mitingu na Dunaju zmagal v teku na 400 m in s časom 46,02 izboljšal svoj slovenski rekord. Obenem je potrdil normo (46,70) za dvoransko svetovno prvenstvo, ki bo od 1. do 4. marca v Birminghamu. Državni rekord je postavila tudi Anita Horvat (52,24), ki je izpolnila tudi normo za svetovno prvenstvo v dvorani (53,15).

Na 800 m je bila z osebnim rekordom tretja Maruša Mišmaš (2:04,22), Žan Rudolf pa četrty (1:48,63); Agata Zupin je bila peta v teku na 400 m (54,38) in tudi na 200 m (24,12).

Na 200 m je bil tretji Jure Grkman (21,51), ki je dosegel nov slovenski rekord v kategoriji starejših mladincev. Na petem mestu je končal obetavni Gregor Grahovac (21,78), sedmi pa je bil Jan Žumer (21,92). Maja Bedrač je bila tretja v skoku v daljino, vendar ni presegla šestih metrov (5,95 m), šesta pa je bila Manca Starašinič (5,67 m). V tej disciplini sta bila peti in šesti Nino Celec (7,12 m) in Žan Viher (6,95 m).

V finalu B na 60 m je bil Žiga Kopač četrty (7,03) in skupno 10., dve mesti za njim je bil Jan Žumer (7,06). Na 200 m je enajsti čas zabeležila Zala Istenič (25,12), ki je v teku na 400 m izenačila slovenski rekord v kategoriji mlajših mladink. Lovro Mesec Košir je bil dvanajsti na 400 m (48,36), na 24. mestu pa je končal Tadej Enci (50,35). Na 60 m ovire je bila na 14. mestu najboljša Slovenka Maja Bedrač (8,81), na tej razdalji brez ovir pa je bila 16. Zala Valec (7,94). Na 800 m je bila enajsta Klara Lukan (2:12,09), trinajsti pa v teku na 1500 m Matevž Cimermančič (3:59,89).

LJUBLJANA, 27. JANUARJA

V soboto, 27. januarja je, v Ljubljani potekalo prvenstvo Slovenije v kategoriji pionirjev in pionirk U-16 in mednarodni miting. Najuspešnejša sta bila Rok



Dobila sem zelo slabo progo in to me je malo zmotilo. Potem pa je bilo grozno tudi med tekom, če lahko tako rečem. Poljakinja ni mogla mimo mene. Na koncu, ko sva šli skupaj, pa me je udarila s komolcem in sem skoraj padla. Ritem teka se mi je povsem podrl. Zato sem zelo razočarana, nisem mogla finiširati tako, kot sem želela, zato je bil čas slabši, kot sem pričakovala.

Anita Horvat

Makuc, ki slavil v teku na 60 m (7,29) in skoku v daljino (6,48), ter Neža Dolenc z naslovom državne prvakinja v teku na 60 m z ovirami (9,16) in srebrno kolajno v skoku v daljino (5,26).

Na mednarodnem mitingu AD Kronos sta med atleti pod sedmimi sekundami na 60 m tekla zmagovalca Tilen Ovinček (6,91) in drugouvrščen Enej Vrhunec (6,97), tretji je bil Alen Nuhanović (Mass, 7,02).

Vika Rutar je po fotofinišu zmagala na 60 m (7,73), saj je isti čas dosegla tudi drugouvrščena Iza Obal (7,73). Tretja je bila Nika Glojnarčič (7,77), ki je slavila tudi v teku na 60 m z ovirami (8,50).

Naši atleti so nastopili tudi na mednarodnem mitingu v italijanskem Vidmu. Jakob Murovec

je bil najhitrejši v finalu teka na 60 m (7,00s). Dosegel je tudi absolutno najhitrejši čas med vsemi tekmovalci. Tina Slejko je v isti disciplini osvojila 4. mesto.

DUBAJ, 27. JANUARJA

Slovenski atlet Domen Hafner je dosegel 17. izid na maratonu v Dubaju, z osebnim rekordom 2:22:16 pa je za slabi dve minuti zaostal za normo za evropsko prvenstvo avgusta v Berlinu (2:20:30). Po besedah trenerja in slovenskega rekorderja Romana Kejžarja je imel v zadnjih petih kilometrih težave s krči.

SLOVENSKA BISTRICA, 28. JANUARJA

Blaž Zupančič je na državnem atletskem prvenstvu v suvanju krogle v Slovenski Bistrici prepričljivo zmagal in orodje ponovno sunil čez 19 m (19,08 m). Med mladinci je bil uspešen Kristjan Čeh s 17,56 m.

Med mladinkami so bile kar tri tekmovalke boljše od najboljše članice, slavila je Petra Pavlič (11,32 m). Mladinka Tjaša Križan je sunila 12,92 m.

KARLSRUHE, 3. FEBRUARJA

Slovenska atletinja Anita Horvat (Mass) je na dvoranskem mitingu svetovnega izziva v nemškem Karlsruheju v teku na 400 m dosegla drugi čas. Z 52,58 sekunde se je zelo približala svojemu državnemu rekordu (52,24) in spet potrdila normo (53,15) za dvoransko svetovno prvenstvo, ki bo od 1. do 4. marca v Birminghamu.

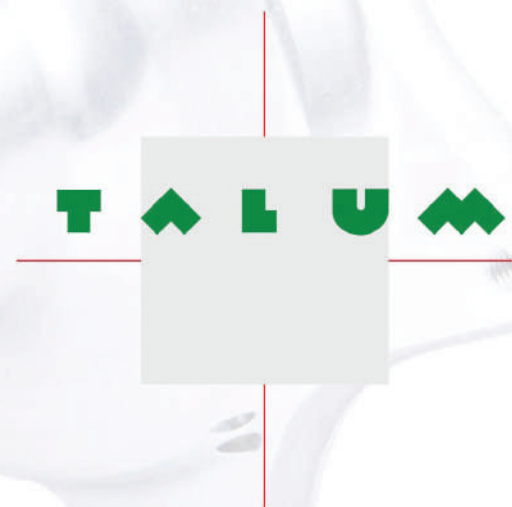
LJUBLJANA, 3. FEBRUARJA

Naši mladinci so uspešno nastopili na Prvenstvu Slovenije U-20. Filip Jakob Demšar je izboljšal dvoranski rekord Slovenije v teku na 60 m z ovirami (8,00) in osvojil naslov državnega prvaka, Jure Grkman pa je slavil v teku na 60 m (6,89). Eva Pepelnak je bila najboljša v troskoku s skokom čez 13 m (13,03 m). Iza Obal je bila najhitrejša v teku na 60 m (7,61), Nika Glojnarčič pa na 60 m z ovirami (8,35).



zetost vztrajnost in zavzetost
upanje **spoštovanje in zaupanje**
nje **odprtost in sodelovanje**
nost **ustvarjalnost in podjetnost**
ost **skrbnost in odgovornost**
ličnost **znanje in odličnost**
zetost **vztrajnost in zavzetost**
ovanje in zaupanje
in sodelovanje
lnost in podjetnost
in odgovornost

Do uspehov
nas vodijo tudi
naše vrednote.



Lahkota prihodnosti

www.talum.si

V Ljubljani je potekal tudi mednarodni miting. Agata Zupin je pokazala dobro formo z zmago in osebnim rekordom v teku na 60 m (7,43), Petra Koren pa je bila najboljša v troskoku (13,07).

LINCOLN, 3. FEBRUARJA

Maruša Černjul (Kladivar Celje) je na dvoranskem atletskem mitingu v ameriškem Lincolnu zmagala v skoku v višino z 1,84 m, druga slovenska predstavnica Lara Omerzu (Brežice), ki v tej sezoni začela študirati na univerzi v Nebraski, pa je bila peta (1,70 m).

PADOVA, 4. FEBRUARJA

Slovenski rekorder Žan Rudolf (Mass) je na dvoranskem atletskem mitingu v Padovi zmagal v teku na 800 m in s časom 1:47,80 dobro sekundo zaostal za normo (1:46,50) za dvoransko svetovno prvenstvo na začetku marca v Birminghamu.

Tilen Šimenko Lalič je dosegel osebni rekord in 800 m pretekel v času 1:52,46.

MADRID, 8. FEBRUARJA

Anita Horvat (Velenje) je na atletskem mitingu svetovnega izziva laaf v Madridu v teku na 400 m s časom 52,22 izboljšala svoj državni rekord in osvojila drugo mesto. Prav tako na 400 m je bil drugi slovenski rekorder Luka Janežič (Kladivar Celje), ki je s časom 46,08 dosegel drugi izid kariere.

SOFIJA, 10. FEBRUARJA

Odlične novice so prišle iz Sofije, kjer so naši atleti nastopili na balkanskem prvenstvu v dvorani do 20 let. Nika Glojnarč je v teku na 60 m ovire zmagala z rekordom balkanskih dvoranskih prvenstev za to starostno skupino (8,33), slavila pa je tudi Nastja Modič v skoku s palico z 3,91 m.

Filip Jakob Demšar je bil ponovno zelo hiter v teku na 60 m z ovirami (7,95) in v močni konkurenci osvojil četrto mesto!

Lara Zupanc je bila v skoku s palico druga (3,50 m), v tej disciplini pa je bil drugi tudi Rok Deberšek (4,80 m). Glojnarčeva je bila še šesta na 60 m (7,42), Tjaša Križan pa je v suvanju krogle z 12,68 m osvojila 10. mesto.



CELJE, 10. FEBRUARJA

Na mlajšem mladinskem prvenstvu Slovenije v dvorani, ki je potekalo v Celju, sta bila najhitrejša Zala Istenič (7,68) in Jure Šterman (70,2). V teku na 60 m z ovirami sta slavila Tara Keber (8,61) in Domen Omož (8,31).

Prvaka Slovenije v skoku v daljino sta postala Manca Starašinič (5,58 m) in Tan Černigoj (6,57 m), v skoku v višino pa sta bila zlata Sandro Jeršin Tomassini (2,01 m) in Nika Herakovič (1,75 m).

Najboljša troskokaša sta Lina Kopač (11,73 m) in Andraž Durjava (12,17 m).

Na mednarodnem mitingu je potekalo zelo razburljivo tekmovanje v ženskem troskoku, kjer je na koncu slavila Eva Mustar (13,20). Druga je bila obetavna Eva Pepelnak, ki je dosegla isti rezultat kot prvouvrščena Mustarjeva. Petra Koren, udeleženka evropskega prvenstva v dvorani, je z rezultatom 13,08 končala na tretjem mestu.

CHEMNITZ, 10. FEBRUARJA

Jure Grkman (Kamnik) je na močnem mednarodnem mitingu v nemškem Chemnitzu zasedel drugo mesto in izboljšal dvoranski rekord Slovenije za starejše mladince Luke Janežiča v teku na 400 m (47,92), druga slovenska predstavnik Agata Zupin (Kamnik) pa je prav tako na 400 m zasedla drugo mesto z osebnim rekordom (53,48).

DUNAJ, 11. FEBRUARJA

V nedeljo, 11. februarja, je na Dunaju potekal mednarodni atletski miting. Naši atleti so uspešno nastopili ter osvojili dve drugi in dve tretji mesti.

Žan Rudolf, slovenski rekorder v teku na 800 m, je osvojil drugo mesto (1:47,97). Tudi Gregor Grahovac, finalist lanskega svetovnega prvenstva U-18, je z novim osebnim rekordom v teku na 400 m (48,24) končal na drugem mestu.



V nekaj minutah
do življenja
brez očal.



**EDINI V ŠIRŠI REGIJI Z VSEMI
METODAMI ODPRAVE DIOPTRIJE.**

- laserske metode (SMILE, Presbyond, Lasik, PRK)
- menjava ali vstavev znotrajočesnih leč

REŠUJEMO VSE DIOPTRIJE.

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

Mitja Kordež se je ponovno spustil pod mejo 22 sekund v teku na 200 m (21,99) in končal tekmovanje na tretjem mestu. Prav tako tretji je bil Matevž Cimermančič v teku na 1500 m (4:01,00).

BEOGRAD, 12. FEBRUARJA

Jan Kokalj (Kladivar Celje) je na krosu v Beogradu zmagal na 6000 m (18:39,6),

Slovenski atleti so dosegli še dve zmagi. Razveselila sta nas Andrej Motoh, ki je nastopil v kategoriji pionirjev (letnika 2003 in 2004) v teku na 1000 m (3:02,54), in Karin Gošek v teku na 3000 m (10:33,9) v kategoriji mladink (letnika 1999 in 2000). Drugo mesto sta osvojila Vid Botolin v mladinskem teku (letnika 2001 in 2002) na 4000 m (12:59,1) in Timotej Krašovec na 1000 m (3:40,04) v kategoriji pionirjev (letnika 2007 in 2008).

TORUN, 15. FEBRUARJA

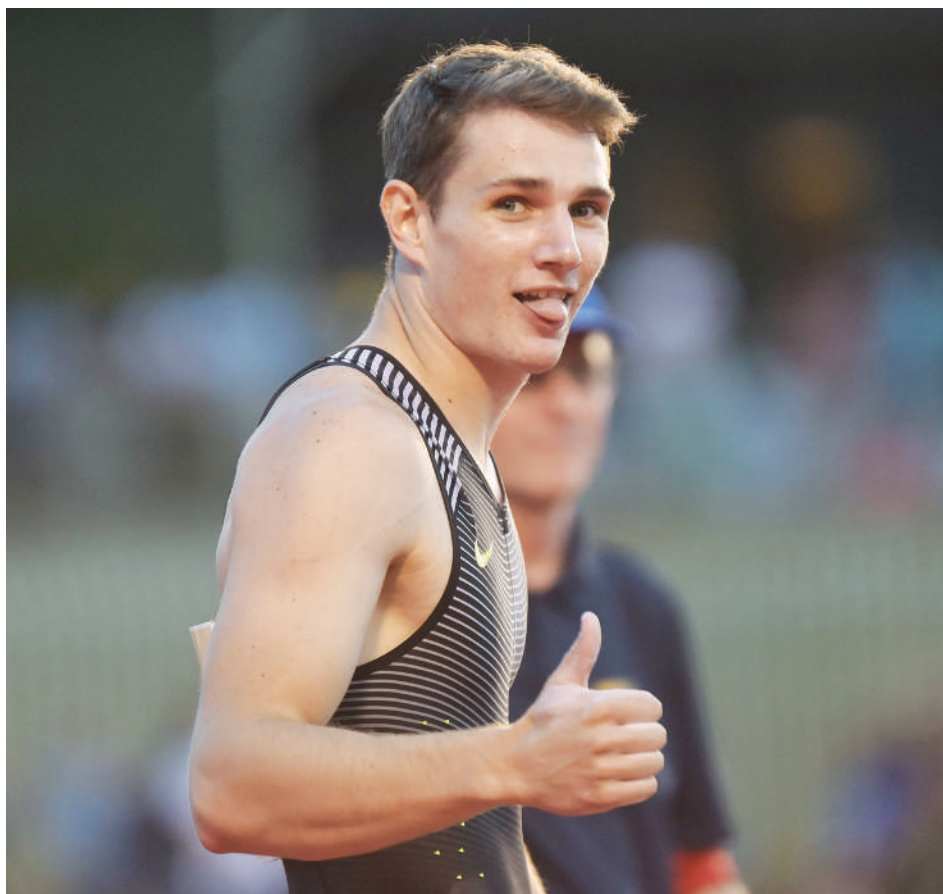
Atlet Luka Janežič (Kladivar) je v izjemni konkurenci zmagal v teku na 400 metrov na tekmi svetovnega dvoranskega izziva laaf v poljskem Torunu. S časom 46,03 sekunde je za stotinko zaostal za svojim državnim rekordom in premagal tudi svetovnega prvaka Pavla Maslaka iz Češke (46,18).

Anita Horvat, druga Slovenka, je bila z 52,75, prav tako na 400 m, četrta. Zmagala je Lea Sprunger iz Švice (51,28); bronasta leta 2016 v Amsterdamu na 400 m ovire je tekla najhitreje letos na svetu. Sprungerjeva s 30 točkami tudi vodi v skupnem seštevku svetovnega dvoranskega izziva pred Horvatovo, ki ima 14 točk.

»Zelo sem zadovoljen, Maslaka se ne premaga kar tako, pred njim pa sem bil že drugič v sezoni. Sem v stabilni formi, tečem hitro, menim pa, da se lahko spustim pod mejo 46 sekund,« je ocenil Janežič. Hitreje v karieri je tekel le 27. januarja letos na Dunaju, kjer je s časom 46,02 sekunde izboljšal svoj slovenski rekord. v Torunu je bil pred Maslakom in Luguelinom Santosom iz Dominikanske republike (46,53).

Janežič je bil 8. februarja drugi v Madridu, ko je prehitel tretjevrščenega Maslaka, dvakratnega zaporednega svetovnega dvoranskega prvaka in štirikratnega zaporednega evropskega dvoranskega prvaka. Ta čas ima 18. izid sezone na svetu, pred njim pa je tudi deset tekačev iz ZDA. Še višje na lestvici je Horvatova, ki je na 12. mestu, pred njo pa je sedmerica Američank.

»Dobila sem zelo slabo progo in to me je malo zmotilo. Potem pa je bilo grozno tudi med tekom, če lahko tako rečem. Poljakinja ni mogla mimo mene. Na koncu, ko sva šli skupaj, pa me je udarila s komolcem in sem skoraj padla. Ritem teka se mi je povsem podrl. Zato sem zelo razočarana, nisem mogla finiširati tako, kot sem želela, zato je bil čas slabši, kot sem pričakovala,« je dejala Anita Horvat, ki je 8. februarja v Madridu s časom 52,22 sekunde izboljšala svoj državni rekord. Poleg Sprungerjeve sta bili pred Horvatovo tokrat še Poljakinji Justyna Swiety (51,78) in Patrycja Wyciszkiewicz (52,55).



Zelo sem zadovoljen, Maslaka se ne premaga kar tako, pred njim pa sem bil že drugič v sezoni. Sem v stabilni formi, tečem hitro, menim pa, da se lahko spustim pod mejo 46 sekund.

Luka Janežič

S časom nisem najbolj zadovoljna. Ni mi uspelo, da bi kot prva prišla v drugi krog, in mislim, da sem tu izgubila največ.

Agata Zupin

ISTANBUL, 18. FEBRUARJA

Agata Zupin (Kamnik) je v Istanbulu na dvoranskem atletskega mitingu Evropske zveze (EA) na 400 m zasedla drugo mesto in se s 53,56 sekunde približala normi (53,15) za dvoransko svetovno prvenstvo, ki bo od 1. do 4. marca v Birminghamu. Drugi slovenski predstavnik Jure Grkman (Kamnik) pa je prav tako na 400 m dosegel šesti čas (48,05). Šesta je bila tudi Nika Glojnarič v teku na 60 m ovire (8,33).

»S časom nisem najbolj zadovoljna. Ni mi uspelo, da bi kot prva prišla v drugi krog, in mislim, da sem tu izgubila največ,« je pojasnila Zupinova; 11. februarja je na močnem mednarodnem mitingu v nemškem Chemnitzu zasedla drugo mesto z osebnim rekordom (53,48) in tokrat za njim ni veliko zaostala. Njen trener Damjan Zlatnar je dejal, da je z idealnim prehodom ovir na 200 in 300 m sposobna doseči normo za dvoransko SP naslednji konec tedna na slovenskem prvenstvu, ki bo v Zagrebu. Devetnajstletna Zupinova je lani v teku na 400 m ovire osvojila srebrno kolajno na EP do 20 let in se uvrstila v polfinale članskega SP (21. mesto).

»Tekel sem čas blizu državnega mladinskega in osebnega rekorda. V prvih 200 m sem bil malo prehiter, padel sem v tak način teka v skupini, saj me je na koncu malo 'pobralo',« je pojasnil Grkman, ki je bil v skupini peti, skupno pa šesti. Grkman je zasedel drugo mesto na že omenjenem mitingu v Chemnitzu in izboljšal dvoranski rekord Slovenije za starejše mladince Luke Janežiča (47,92).



ELEKTRIKA

ENERGIJA PLUS: PONOSNI SPONZOR MLADIH ATLETOV

Aktivirajte enkratni 25% popust na elektriko, ki ga lahko izkoristite v mesecu decembru 2018.

Popust velja za nove in obstoječe kupce električne energije pri Energiji plus.

IZKORISTITE POPUST

Popust lahko unovčite s tem oglasom na vseh prodajnih mestih Energije plus ali oglas pošljete po elektronski pošti na info@energijaplus.si do 31. 3. 2018.

Enkratni 25% popust bomo upoštevali pri izstavitvi računa za obdobje porabe električne energije za mesec november 2018. Popust se obračuna na nivoju merilnega mesta za gospodinjski odjem in velja za fizične osebe. V primeru obračuna po predvideni porabi se v času rednega letnega obračuna popust poročuna glede na dejansko porabo. Omrežnina in prispevki niso predmet popusta in se obračunajo v skladu z veljavno zakonodajo. Pogoji za aktiviranje popusta je sklenjena pogodba o nakupu in prodaji električne energije za gospodinjske kupce pri Energiji plus.



ENERGIJA PLUS

www.energijaplus.si
080 21 15



NOV MOBITEL UGODNEJE

PRINESETE
LAHKO DO TRI
STARE IN
PRIHRANITE



Huawei
Mate 10 Pro



Čas je za nove zmage. Prinesite **svoj stari mobilni** na najbližje prodajno mesto Telekoma Slovenije ter si zagotovite **novega po ugodnejši ceni**. V odkup lahko prinesete **največ tri mobilne hkrati**. Akcija velja za **zasebne uporabnike** in vse nove mobilne, tudi za odlični Huawei Mate 10 Pro. Za več o ponudbi obiščite telekom.si.

#zanaše
www.telekom.si

TelekomSlovenije



Ponudba Staro za novo velja za nove in nevezane obstoječe mobilne naročnike Telekoma Slovenije, ki so zasebni uporabniki, in omogoča istočasen nakup novega in vračilo starega mobilnega. Odkup rabljenih mobilnih telefonov izvaja Telekom Slovenije za podjetje RAM 2. Kupnina za stari mobilni telefon se upošteva kot znesek, za katerega se zniža kupnina novega mobilnega. Uporabniki lahko v odkup prinesejo največ tri (3) mobilne hkrati, katerih skupna vrednost se upošteva pri nakupu novega mobilnega. Višina kupnine starih mobilnih telefonov ne more biti višja od cene novega mobilnega, saj se razlika ne vrača. Kupnina se nikoli ne izplača v gotovini. Telekom Slovenije pred prevzemom mobilnega opravi oceno vizualne ohranjenosti glede na znamko in model mobilnega, v skladu s kriteriji RAM 2. Nakup novega akcijskega mobilnega z upoštevanjem vrednosti starega mobilnega (znižana cena) z vezavo za 12 ali 24 mesecev lahko naročniki uredijo v vseh Telekomovih centrih in na pooblaščenih prodajnih mestih. Uporabniki morajo pred izročitvijo starega mobilnega Telekomu Slovenije odstraniti SIM-kartico in spominsko kartico ter izbrisati vse osebne podatke. Podjetje RAM 2 namreč ni odgovorno za uničenje ali izgubo teh podatkov oziroma za zlorabo s strani tretje osebe. Uporabniki prodajo stari mobilni telefon RAM 2 na osnovi sklenjene kupoprodajne pogodbe, ki velja kot račun za prodani mobilni telefon. Za več informacij o prodajni ponudbi Staro za novo, Pogojih nakupa blaga in storitev in Pogojih akcijskega nakupa naprav obiščite www.telekom.si, Telekomov center, pooblaščen prodajno mesto ali pokličite 080 8000. Telekom Slovenije, d.d., Ljubljana