

SLOVENSKA ATLETIKA



NAJ ATLET IN
ATLETINJA
LETA 2019

GENERALNI SPONZOR ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



ZLATI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



SREBRNI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



BRONASTI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



SPONZORJI



URADNI
OPREMLJEVALEC



INSTITUCIJE



MEDIJI





ROMAN DOBNIKAR,
predsednik Atletske zveze Slovenije

Dragi prijatelji atletike!

Koledarsko leto 2019 se počasi končuje, a ker je pred nami še evropsko prvenstvo v krosu, kjer imamo kandidatko za medaljo, ne bi bilo pošteno, da za končano razglasim tudi letošnjo atletske sezono, čeprav smo priznanja najboljšim atletinjam in atletom že podelili.

Ob tem bi rad še enkrat čestital vsem prejemnikom nagrad, še posebej Luki Janežiču in Maji Mihalinec, ki sta postala najboljša atleta v članski kategoriji, ter najuspešnejšemu trenerju sezone Tevžu Korentu. Najboljše je določilo glasovanje s tradicionalno anketo AZS, v kateri sodelujejo predstavniki atletskega klubov, društev in medijev ter organi zveze, vrstni red pa je potrdila komisija za nagrade in priznanja AZS. Podeljene so bile še številne druge nagrade za delovanje v kraljici športa, vsem nagrajencem pa sem izjemno hvaležen za njihovo delo.

AZS tudi letošnjo sezono zaokrožuje na Vseatletskem vikendu. Atletsko obarvani dogodki ob koncu sezone ponovno združujejo atletske javnosti. Poleg tradicionalne podelitve nagrad v Novem mestu organiziramo tudi kongres Združenja atletskega sodnikov Slovenije (ZATS), ki poteka na Otočcu.

Vendarle so za nami z izjemo krosa vsa atletska tekmovanja sezone, in ker v rokah držite zadnji letošnji izvod revije Atletika, je pravi čas, da se ozremo nazaj in pogledamo, kaj smo dosegli. Za nami je odlična sezona, v kateri so naši atleti in atletinje posegali po medaljah na največjih tekmovanjih.

Kristjan Čeh je postal evropski prvak v metu diska med mlajšimi člani, zlato medaljo pa je v teku na 5000 metrov na mladinskem evropskem prvenstvu osvojila še Klara Lukan. Skupaj z bronom Vida Botolina na Olimpijskem festivalu evropske mladine ter bronom Neje Filipič na univerzijadi ter seveda zlatom Maje Mihalinec na evropskih igrah to pomeni kar pet atletske medalje na velikih mednarodnih tekmovanjih, kar je nedvomno več od pričakovanj.

Tudi nastop na svetovnem prvenstvu v Dohi lahko ocenim kot zelo dober. Odkrito moramo priznati, da trenutno nimamo atletinje oziroma atleta, ki bi v tako konkurenčni športni panogi, kot je atletika, na svetovni ravni – na prvenstvu v Katarju so nastopili atleti iz več kot 200 držav sveta –, posegel po medalji, a tri uvrstitve v finale takšnega tekmovanja so za malo državo, kot je Slovenija, izjemen dosežek in lepa popotnica za novo sezono, v kateri nas čakajo olimpijske igre v Tokiu in morda za naše atlete z vidika doseganja uvrstitev povsem pri vrhu še bolj zanimivo – evropsko prvenstvo v Parizu.

Pika na i bi bila uvrstitev reprezentance v prvo kakovostno ligo evropskega ekipnega prvenstva, a je bilo tudi drugo mesto izjemen uspeh za slovensko reprezentanco. Še posebej gre pohvaliti odlično vzdušje in ekipni duh, ki je krasil našo reprezentanco tako na varaždinskem stadionu kot v študentskem domu, kjer so bili atleti nastanjeni. Kot predsednik zveze sem izjemno ponosen na vsakega atleta, ki je oblekel dres s slovenskim grbom.

Omeniti gre še množični tek za otroke, projekt, v katerem je sodelovalo več kot 20.000 otrok iz celotne Slovenije. Atletika je primerna za vse otroke ne glede na to, za kateri šport se bodo pozneje odločili, naša naloga pa je, da najbolj nadarjene tudi zadržimo in poskrbimo za uspešno prihodnost slovenske atletike.

**SLOVENSKA
ATLETIKA**

Revija Atletika je glasilo
Atletske zveze Slovenije.

Urednik
Peter Kastelic

Uredniški odbor
Nejc Jeraša
Marija Šestak
Jurij Završnik

Oblikovanje in prelom
Salomon, d. o. o.

Fotografije
AZS & 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
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: Profimedia

NAJ ATLETINJA LETA 2019 – Maja Mihalinec

Sanjska vrnitev posledica trdega dela

Maja Mihalinec se je po skoraj dveletni odsotnosti v letu 2019 vrnila z velikim pokom. Da bo leto 2019 nekaj posebnega za Majo, je nakazala že v dvorani, potem pa je poleti samo še dodajala na plin. Bila je tako hitra, da smo se včasih zbali, da bo »zletela« iz ovinka.



Začelo se je z državnim prvenstvom, ki je bilo v krožni dvorani v Novem mestu, potem pa nadaljevalo z vrhunskim šestim mestom na evropskem dvoranskem prvenstvu v Glasgowu. V poletni sezoni je Maja ves čas lovila normo za nastop na svetovnem prvenstvu v Dohi, izenačila osebni rekord na 100 metrov, zmagala na izjemno močnem mitingu v Zagrebu na 200 metrov in potovala v Katar ter tam tekmovala v obeh sprinterskih disciplinah. Vmes je osvojila še »kakšno« kolajno na evropskih igrah v Minsku, sezono pa je končala z zlatom na svetovnih vojaških igrah.

Vrhunec sezone je bil seveda nastop na svetovnem prvenstvu v Dohi. V teku na 100 metrov je za stotinko zgrešila polfinale, v teku na 200 metrov pa je v kvalifikacijah dosegla osebni rekord in normo za olimpijske igre v Tokiu. V polfinalu je nato končala nastope in postala 12. tekačica na 200 metrov na svetu. **»Dvanajsta na svetu sem, tega si nisem predstavljala, preden sem prišla na svetovno prvenstvo. Zelo sem vesela, šele zdaj prihaja za mano, kar sem dosegla v teh dveh dneh. Osebni rekord, normo za Ol v Tokiu in 12. mesto na 200 metrov. Res je, po dveh težkih letih poškodb, ki so za mano, si več ne bi mogla želeli,«** je bila takoj po teku na robu solz presrečna Maja Mihalinec, ki pa je bila vseeno malo kritična do sebe. Prava šampionka, ki nikoli ni povsem zadovoljna s tem, kar naredi. **»Želela sem teči še hitreje kot včeraj. Malo sem poskušala dodati v zavoj. A nisem tekla sproščeno, na stezi sicer nisem ničesar izgubila. Dobro sem držala ritem, hitrost mi ni padla. V dveh dneh sem tekla najhitrejša teka kariere, časi pa so res dobri,«** je dejala Mozirjanka, ki je po zelo dobrih nastopih v izjemno zgoščeni in številčni svetovni konkurenci sprinta čutila utrujenost v nogah. Le malo je zaostala za slovenskim rekordom (22,72), ki ga je Merlene Ottey, s 30 medaljami na velikih tekmovanjih ena najboljših atletinj vseh časov, tekla na olimpijskih igrah leta 2004 v Atenah.

»Nekaj sem pa še privarčevala za drugo leto, ta cilj, ki ga še ne izdam, bom pustila za olimpijsko leto. Po tej uvrstitvi na svetovnem prvenstvu bom šla še bolj motivirana v priprave v naslednjo sezono.«

Prav veliko premora po tako uspešni sezoni pa Maja ni imela. Le nekaj, da je »odklopila glavo«. **»Čakajo me priprave in nato olimpijska sezona. V dvorani bom pozimi še tekmovala, ker je razdalja 60 metrov vedno dobra priprava za poletno sezono.«** Peta je bila na 200 metrov med Evropejkami, naslednje leto pa so na sporedu tako olimpijske igre kot tudi evropsko prvenstvo. **»S trenerjem Srdjanom Djordjevičem se morava odločiti, ali formo v celoti tempirati za Ol ali pa malo taktično iti na EP, kar pa bo psihično težko, ker so Ol prej. Toda letos sem pokazala, da lahko dolgo držim vrhunsko formo in nimam težav z motivacijo,«** je še razmišljala devetindvajsetletna atletinja ljubljanskega Massa.

V Sloveniji imamo tako po dolgem času sprinterko, ki se lahko pokaže in dokaže tudi v družbi najboljših. Mihalinecva tekmuje v sprintu, najbolj prestižni disciplini, in njeni dosežki so za marsikoga veliko



presenečenje. **»Res je to majhno presenečenje, če bi bila katerakoli druga disciplina razen sprinta in teka na 800 metrov, bi bila v finalu, kar bi se slišalo še boljše. S sprintom se res lahko preizkusi vsak in samo najboljši od najboljših ostanejo v tej disciplini. Vsi se borimo za svetovni vrh in zase lahko rečem, da sem tudi v svetovnem vrhu. Tekmovala sem na močnih mitingih in imela vrhunske uvrstitve. Še na začetku leta sem bila zadovoljna, da sem lahko tekmovala s tako vrhunskimi atletinjami. Zdaj pa sem tudi jaz ena izmed njih,«** je bila ponosna Maja, ki se je tega, da je med najboljšimi tekačicami na 200 metrov, začela zavedati tudi sama. Zaradi poškodbe je Mihalinecva morala izpustiti skoraj dve tekmovalni leti. **»Bilo je kar nekaj skeptikov, ki niso verjeli, da se lahko vrnem. Slišala sem tudi take stvari, da sem prestara, in še marsikaj. To lahko govorijo le ljudje, ki se ne spoznajo na atletiko. Trenutno sem v pravih letih za sprint. Tisti, ki poznajo mojo atletsko pot, vedo, da sem se resno posvetila atletiki šele po univerzi, kar je precej pozno. Zato še zdaleč nisem dosegla vrhunca oziroma tega, kar lahko,«** je dejala Maja. Prihaja leto 2020 in olimpijske igre, kjer je cilj polfinale. **»Polfinale zagotovo, ampak po tem rezultatu v Dohi so apetiti nekoliko zrasli.«**

ČLANICE

atletinja	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Maja Mihalinec	1989	Mass	100/200 m	201
Tina Sutej	1988	Kladivar	palica	170
Maruša Mišmaš	1994	Mass	3000 m zapreke	158
Martina Ratej	1981	Kladivar	kopje	90
Maruša Černjul	1992	Kladivar	višina	17

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

NAJ ATLET LETA 2019 – Luka Janežič

Učno leto najboljšega pri nas

Luka Janežič je brez dvoma najboljši slovenski atlet leta 2019, čeprav se letošnje sezone ne bo spominjal z nasmehom na obrazu. Najprej je za las ostal brez kolajne na evropskem dvoranskem prvenstvu, potem pa še »premeti in prevali«, da je nastopil na svetovnem prvenstvu v Dohi.



Dvoransko sezono je Janežič začel zelo dobro in uspešno nastopil na nekaj mitingih dvoranske serije, potem pa je sledilo evropsko dvoransko prvenstvo na Škotskem, za katerega pa si ni mislil, da bo to njegov vrhunec sezone. V finalu teka na 400 metrov v Glasgowu je osvojil četrto mesto s 46,15 sekunde in bil kot favorit za odličja zelo razočaran.

»Vedel sem, da če me bo na koncu začelo pobirati in bom na tretjem mestu, se lahko zgodi, kar se je. V finalih so vedno presenečenja. Čutil sem Nizozemca, a na koncu nisem imel dovolj moči,« je po finalu povsem dotolčen v kratkih stavkih pojasnjeval Janežič, ki je sicer dosegel svoj drugi izid kariere, a ... »Kaj naj rečem, vse sem dal od sebe, odtekel sem tri vrhunske teke na EP, vsak je bil boljši od prejšnjega, a je na koncu malo zmanjkalo. Vse je potekalo v finalu tako, kot sem si zamislil. Vedel sem, da je Warholm premočan, Husillos je bil premagljiv. Prišel sem v drugi krog na tretjem mestu, a ostal praznih rok.« Luka je bil najboljši v petkovih kvalifikacijah in tretji skupno v polfinalu ter je napovedal boj za odličje, ki bi bilo prvo slovensko na teh tekmovanjih po desetih letih ter prvo odličje atletov nasploh. Slovenija je ostala pri sedmih kolajnah s teh tekmovanj, vse so dosegle atletinje. »Trije dobri teki so za mano, tudi v finalu, ko sem imel težke noge in je bilo težko, sem tekel hitreje kot v kvalifikacijah, a to ni bilo dovolj. Imam še veliko atletskih let pred sabo, a to je bila ena izmed priložnosti, ki je šla mimo in se ne bo nikoli vrnila. Četrto mesto mi ne bo ostalo v lepem spominu, čeprav sem dal 120 odstotkov od sebe,« je povedal Vodičan, ki je tako razočaran končal zimsko sezono.

Vse misli in treninge je nato usmeril v sezono na prostem, toda ... Za svetovno prvenstvo v Dohi je bilo treba doseči zahtevno normo. Čas, ki ga je bil Luka vsekakor sposoben odteči, toda ... Nastopal je na veliko mitingih, tudi na diamantni ligi, a se mu tek nikoli ni izšel tako, kot bi si želel. Velikokrat je imel zelo neugodno prvo progo, ki mu kot visokoraslemu tekmovalcu dela veliko preglavic. Nikakor mu ni uspelo sestaviti teka, da bi tekel 45,30, kolikor je bila norma za svetovno prvenstvo v Katju, in bi se potem lahko sproščeno pripravljval za zadnje dejanje sezone. Po svojem najboljšem letošnjem rezultatu (45,49) je bil sicer med tistimi, ki bi lahko računali na povabilo v Doho, toda ... Pa spet toda. Sledila je prava blamaža mednarodne atletske zveze, ki je Janežiča najprej črtala s seznama potnikov za »puščavo« in na prvenstvo uvrstila kopico »ekstotičnih« atletov, potem pa so si pri IAAF spet premislili in minuto pred dvanajsto Luko vseeno povabili na prvenstvo. V Dohi je tekel slabo, saj je že pred tem prenehal trenirati, in so ga v reprezentanco poklicali dobesedno z dopusta. Toda za tak razplet si je v veliki meri kriv sam oziroma sta za to kriva skupaj s trenerjem. Ni odtekel norme, poleg tega je morda celo preveč tekmoval. S tem si je sicer pritekel visoko mesto na ranking lestvici za olimpijske igre v Tokiu, toda vidno je bilo, da je imel Luka v nogah preveč



tekov, ki jih njegovo telo pač ni vzdržalo – premalo počitka, predolga sezona in vse skupaj se je sesulo. Morda je res zaslužil več kot v katerikoli sezoni prej, toda vseeno je bila to sezona, ki bi jo rad pozabil, pa je ne sme. To je bila učna ura atletike oziroma napačnega pristopa. Tako krut je pač ta šport. »Če bi mi kdo pred sezono dejal, da se bo končalo, kot se je, se s tem ne bi strinjal. Po vsem, kar se je dogajalo v zadnjem času, pa nisem pričakoval nič več. Zavedal sem se, da nisem pripravljen, upal sem le, da v Dohi ne bom tekel nad 47 sekundami,« je bil

po končani sezoni razočaran Luka in dodal: »Za nastop v Dohi sem se moral odločiti zelo na hitro. Kolebal sem, trener je bil za, menedžer pa mi je odgovoril prepozno, da bi lahko upošteval njegovo mnenje. On je bil bolj za odpoved, zdelo se mu je nesmiselno, da bi tvegali poškodbo, opremljevalcu Nike bi to lahko upravičilo. Če bi njegov odgovor dobil prej, verjetno ne bi nastopil.« In kakšna je bila sploh sezona najboljšega slovenskega atleta po njegovem mnenju? »Dvoranska je bila super, čeprav je na EP zmanjkala kolajna. Pričakoval sem, da bo tudi sezona na prostem dobra, saj je bil po navadi dvoranski del dobra orientacija. Na prostem sem bil pripravljen za boljši rezultat, a nisem pokazal vsega, ko sem bil v najboljši formi, na diamantni ligi v Londonu pa sem tekel na prvi stezi ... Nikakor se niso vse stvari postavile na svoje mesto. Najboljši čas je bil 45,49, kar zame ni ravno najboljši. V plus si štejem veliko nastopov, tudi tri v diamantni ligi, dosegel sem nekaj dobrih uvrstitev, zaslužil sem največ do zdaj. Rezultatsko pa je bila to ena mojih najslabših sezon na prostem.« In zdaj bo v leto 2020, ko bo izpustil zimsko sezono, stopil nabrušen kot že dolgo ne. »Zdaj sem lačen dobrih rezultatov, drugo leto želim spet pokazati, da sem eden najboljših v Evropi,« je še dejal Janežič.

ČLANI

atlet	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Luka Janežič	1995	Kladivar	400 m	263
Kristjan Čeh	1999	Ptuj	disk	218
Nejc Pleško	1992	Olimpija	kladivo	60
Žan Rudolf	1993	Mass	800 m	55
Jan Petrač	1995	Mass	1500 m	40

Glasiovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

NAJ MLAJŠI ČLAN V LETU 2019 – Kristjan Čeh

Velikan za velikanske dosežke

Dvajsetletni in 2,06 metra visoki Kristjan Čeh je na evropskem prvenstvu za mlajše člane v Gavleju na Švedskem osvojil zlato medaljo v metu diska. Čeh si želi čez nekaj let preseči 70 metrov, s tem bi bil v krogu favoritov za članske medalje na velikih tekmovanjih.

Na tem prvenstvu je bil za novim evropskim prvakom Clemensom Prüferjem iz Nemčije (62,35 m). Ptujčan je bil po prvi seriji finala na drugem mestu, po uvodnem 61,40 metra dolgem metu. Prüfer je zmogel 62,3 in v naslednjih dveh poskusih ostal brez izida, Čeh je vrgel še 60,19 in 58,80, v četrti seriji, ko je Nemec vrgel 60,93, pa je sam ostal brez izida. Po 62,78 metra dolgem poskusu v peti seriji je Čeh prevzel vodstvo, saj je Prüfer znova ostal brez veljavnega dosežka. Ko je Nemec v zadnji seriji vrgel 61,23 metra, se je lahko Čeh že veselil zlata in s tem svojega največjega uspeha kariere. Ostali tekmeči tema dvema tekmovalcema niso bili nevarni.

»Neverjeten in nepričakovan končni razplet v finalu. Fantastičen zaključek, saj sem z zadnjim metom na tekmi dosegel svoj najboljši izid kariere. To sem čutil že, ko je disk poletel iz roke. Osebni in državni rekord do 23 let, več si ne bi mogel želeli. Pred prvenstvom sem imel sicer visoke cilje, sem dobro pripravljen in sem dobro treniral.

Zmage pa nisem pričakoval, bila je namreč velika konkurenca, peterica je imela osebne rekorde čez 60 metrov. Že po prvi seriji sem bil drugi z zelo dobrim dosežkom in sem vedel, da imam medaljo praktično že v rokah, da lahko spremenim le barvo. V peti seriji mi je že uspelo prevzeti vodstvo. Ta dosežek mi pomeni veliko, pomeni, da sem sposoben doseči tudi normo za člansko svetovno prvenstvo,« je bil takoj po tekmi zelo zadovoljen Čeh.

Pred Čehom, enim najobetavnejših slovenskih atletov, so na teh tekmovanjih do zdaj le trije Slovenci osvojili zlate kolajne. Rožle Prezelj v skoku v višino leta 2001, Robert Renner v skoku s palico leta 2015 in Luka Janežič na 400 metrov, slednji na prejšnjem prvenstvu leta 2017.

Kristjan je slavil z novim državnim rekordom za to kategorijo, ki je obenem tudi najboljši letošnji dosežek sezone v Evropi do 23 let (63,82 m).

Čeh je študent prvega letnika agronomije na mariborski kmetijski fakulteti. Živi na kmetiji v Podvincih, okrog pet kilometrov od Ptuja.

»Študij poteka zelo dobro, lepo mi gre. Profesorji se mi prilagodijo. Uživam tudi v študiju.

Kmetijstvo me navdušuje in me veseli, to si

želim delati po športni karieri,« je dolgoročne cilje predstavil Ptujčan.

Čeh je blizu tudi slovenskemu članskemu rekordu, 64,79 metra je Igor Primc vrgel 10. septembra 1999 v Novem mestu.

Njegov vzornik je Nemec Robert Harting, olimpijski zmagovalec leta 2012 in trikratni svetovni ter dvakratni evropski prvak. **»Toda lani je končal kariero, tako da se z njim ne bom mogel pomeriti. Si ga pa zelo želim spoznati. Najbolj mi je všeč njegova tehnika, metal je 70 metrov, in mislim, da lahko čez nekaj let posežem po takih daljavah.«**

Na prejšnjih dveh mladinskih tekmovanjih, ko je bil tudi v vlogi favorita, je povsem razočaral.

MLAJŠI ČLANI

atlet	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Kristjan Čeh	1999	Ptuj	disk	291
Lovro Mesec Košir	1999	Mass	400 m	133
Jan Kokalj	1997	Kladivar	5000 m	115
Jure Grkman	1999	Kamnik	100/200 m	59
Rok Ferlan	1997	Triglav	400 m	38

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

Julija lani se na svetovnem prvenstvu za starejše mladince v Tampereju na Finskem ni uspel uvrstiti v finale (15. mesto).

Julija 2017 pa je na evropskem prvenstvu za starejše mladince (do 20 let) v italijanskem Grossetu Čeh s tremi neveljavnimi meti končal brez izida v metu diska.

»Spremenil sem se, bolj sem pripravljen, delali smo tudi na psihološki plati mojega nastopa. Tu sem naredil velik korak naprej in to se je poznalo že na tej tekmi. Bolj sproščeno sem nastopal, bilo je, kot da bi tekmoval doma na Ptuju.«



Z lastno sončno elektrarno proizvajate prihranke.

S čisto, zeleno energijo do 75 %
nižjih računov za električno energijo.

WWW.GEN-ISONCE.SI | 080 1558



**PROJEKT
NA KLJUČ**



**BREZSKRBNOST
NA DOLGI ROK**



**NALOŽBA,
KI SE IZPLAČA**

NAJ MLAJŠA ČLANICA V LETU 2019 – Agata Zupin

Trnova pot vrnitve

Zablestela je v letu 2017, ko je osvojila prvo veliko kolajno, potem pa se je zgodila poškodba, natrgala si je stegensko mišico, in leto in pol je šlo v bistvu po zlu. Nekaj je sicer tekmovala, vendar to ni bilo to.



Takšna poškodba, Zupinova si je sredi junija lani poškodovala tetivo ene od treh zadnjih stegenskih mišic na desni nogi, vpliva na tekmovalko predvsem psihološko, ker ne more trenirati tako, da bi lahko dosegala vrhunske rezultate. Za tako mlado atletinjo, ki je stara komaj 21 let, pa je še posebej težko, saj je ob takih poškodbah potrebna zvrhana mera potrpljenja. Zaradi poškodbe lani ni veliko tekmovala, predlani pa je bila na 400 metrov ovire druga na EP do 20 let in se je uvrstila v polfinale članskega SP (21. mesto). Potem je letos 12. januarja po poškodbi prvič tekmovala in upala, da bo vse v redu, seveda pa sta dolgotrajno okrevanje in ne dovolj treninga pustila posledice. Zato se bo delo, ki ga je opravila letos, poznalo šele naslednje leto. Zdi se, da bi bilo naslednje leto res lahko Agatino, če bosta s trenerjem poslušala, kaj pravi njeno telo.

Zupinova pa je kljub vsemu nastopila na evropskem prvenstvu do 23 let v švedskem Gavleju in je bila zelo blizu zmagovalnim stopničkam. V

finalu na 400 metrov ovire je zasedla peto mesto s časom 56,97 sekunde. »Zadovoljna sem z nastopom, saj je bil vsak tek na tem EP hitrejši. Se je pa videlo, da imam še vedno težave s koraki med ovirami, saj sem pred EP naredila le en trening ovir. Od 9. julija sem delala po prilagojenem programu treninge v bazenu. Poškodba se počasi celi, vendar bom vseeno vzela nekaj dni premora zaradi natrganega srednjega dela iste mišice, ki me je od tekmovališč oddaljila že v prejšnji sezoni,« je po tekmi povedala Agata. V polfinalu je s 57,27 dosegla drugi čas, Aneja Simončič je finale zgrešila le za eno mesto in nastop končala na končnem devetem mestu z 58,94. Zupinova je bila druga v kvalifikacijah na Švedskem (58,30) in je zmagala v drugi predtekmovalni skupini.

Se Agata zdaj sprašuje, kje je leto 2017, ko je postavila slovenski državni rekord s časom 55,96 sekunde in osvojila tudi srebrno kolajno na evropskem prvenstvu do 20 let ter prvič nastopila na članskem velikem tekmovalstvu, svetovnem prvenstvu, ko se je uvrstila v polfinale in zasedla 21. mesto?

Agata se v tem trenutku še ne vidi kot vrhunska športnica, čeprav... »Ne vidim se še ravno kot vrhunska, ampak želim si, da bi enkrat bila. Res je, da je težko, velikokrat se je treba čemu odreči, ampak mislim, da se na koncu, ko je uspeh, vse to povrne. Treniram petkrat na teden na stezi in trikrat v fitnesu. Na stezi po navadi trening traja uro in pol, v fitnesu pa približno uro do uro in pol,« je dejala Agata, ki se seveda z grenkobo spominja poškodbe: »Ob poškodbi mi je bilo zelo težko biti doma, medtem ko so drugi tekmovali. Odrtna se mi je namreč tetiva in je bilo kar hudo. Najtežje mi je bilo, ko so drugi hodili na tekme, jaz pa sem bila doma. Najtežje je bilo, ker sprva niso vedeli, ali bom sploh lahko še tekla. Najprej so mi povedali, da ne bom več tekla. Glede na to, da so treningi in tekme moj način življenja, bi lahko tako rekoč čez noč ostala brez tega.« Počutila se je nemočno: »Ko sem bila poškodovana, so me morali vsi poslušati. Sicer sem se med poškodbo trudila delati, kar sem lahko, ampak ni šlo vedno najbolje. Zelo je bolelo. Počutila sem se nemočno in tudi mislila sem, da ne bo več enako. Tega me je bilo najbolj strah. A mislim, da bo šlo, le treba bo zelo veliko in trdo delati.«

MLAJŠE ČLANICE

atletinja	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Agata Zupin	1998	Kamnik	400 m ovire	292
Aneja Simončič	1998	Mass	400 m ovire	172
Tjaša Železnik	1999	Kronos	400 m ovire	78
Urška Arzenšek	1999	Kladivar	1500 m	57
Monika Podlogar	1998	Triglav	višina	37

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

PS PAKETOMAT

Ko prevzem in dostava
postaneta zabava!



DOSTOPNO, HITRO IN ENOSTAVNO.

Z našo mrežo samopostrežnih avtomatov lahko brez
čakanja v vrsti prevzimate in oddajate svoje pošiljke:
enostavno, kadarkoli, 24/7!

www.posta.si/paketomat

Pošta Slovenije
Zanesljivo z vami!

NAJ STAREJŠI MLADINEC V LETU 2019 – Jan Vukovič

V finalu je malo zmanjkalo

V Borås na Švedskem se je končalo evropsko prvenstvo za mladince in mladinke. Jan je navdušil že v kvalifikacijah, ko se je z osebnim rekordom in drugim časom med vsemi uvrstil v finale, kjer pa je tekel nekoliko počasneje in na koncu osvojil peto mesto.

Vukovič se je kvalifikacij lotil zelo odločno in nepopustljivo. Z osebnim rekordom 1:49,12 se je zanesljivo uvrstil v finale in v kvalifikacijah je imel samo en tekmovalca boljši čas od njega.

Bil je celo drugi najboljši med tekmovalci vseh treh skupin. V finalu na 800 metrov je bil nato peti (1:52,36). Finale je bil izjemno izenačen, tempo in taktiko pa so narekovali trije britanski tekači, ki so tekli složno in na koncu odnesli vse tri kolajne, toda čas zmagovalca je bil slabši kot Janov čas iz kvalifikacij. To je bila torej še ena šola za prihodnost, saj so teki na srednje proge izjemno zahtevni in pri njih poleg odlične pripravljenosti v veliki meri odloča tudi taktični načrt. Jan je izvrstno nastopal tudi na mitingih mednarodne lige v Sloveniji in na koncu osvojil skupno šesto mesto med moškimi.

Jan se je atletiki zapisal, ko je bil star deset let. Kmalu se je skupaj s trenerjem odločil bolj intenzivno posvetiti tekom na srednje proge. Ta odločitev se je kmalu izkazala za sijajno potezo, saj je Jan hitro začel dosegati odlične rezultate. V svoji kategoriji je drugega za drugim podiral državne rekorde na 800, 1000 in 1500 metrov, veliki met pa mu je uspel maja lani, ko je pri 31 letih v teku na 1000 metrov popravil absolutni državni rekord. Kljub vsem uspehom se Jan zaveda, da je pot do cilja – olimpijskih iger – treba graditi potrpežljivo in preudarno. Kratkoročno si tako želi nabirati tekaške izkušnje na čim več mednarodnih mitingih in se uvrščati v finale velikih tekmovalanj, kot sta evropsko in svetovno prvenstvo, ter tam dosegati čim vidnejše rezultate.

V zgodnjih letih se je Jan preizkušal v različnih športnih disciplinah, kot so judo, nogomet in gimnastika, v četrtem razredu osnovne šole pa se je spoznal z atletiko in se kaj hitro odločil, da se bo začel resneje ukvarjati s to panogo. Na enem izmed treningov atletske šole AD Kladivar ga je opazil



trener Romeo Živko, ki je bi nekoč tudi sam odličen atlet, in v Janu prepoznal izjemen tekaški potencial.

»Jan je velik talent, poleg tega pa je tudi izjemno delaven in ima odlične fiziološke lastnosti za vrhunske rezultate,«

je pojasnil njegov trener in dodal, da k dobrim rezultatom veliko pripomore tudi skrbno dodelan delovni sistem ter dobre učne navade, kar omogoča nemoteno in sproščeno izvedbo programa treningov.

Jan pravi, da ga tek osvobaja in mu pomaga, da pozabi na morebitne težave, poleg tega pa mu je pri teku všeč tudi to, da je vse odvisno zgolj od njega samega. **»Zavedam se, da bom sam**

kriv za napake, ki jih bom storil, po drugi strani pa bom lahko izjemno ponosen na rezultat, ki ga bom dosegel,« je pojasnil Jan in dodal, da mu je na tekmah všeč tudi rivalstvo med tekmovalci ter večkratna prehitevanja na poti proti ciljni črti.

Zanimivo je, da ima Jan za vzornike pisano paleto športnikov, tako iz atletike kot iz drugih športov. Seveda prisega na nekdanjega jamajškega sprinterja Usaina Bolta, pa na izjemnega tekača na 800 metrov iz BiH Amela Tuko, za vzor pa so mu tudi slovenski atleti Žan Rudolf, Luka Janežič in Jan Petrač. No, brez nogometa niti v atletiki ne gre, saj je eden od Janovih vzornikov tudi najprepoznavnejši nogometaš na svetu Cristiano Ronaldo, prav tako pa sta mu za zgled odlična biatlonca Norvežan Petter Northug in Francoz Martin Fourcade.



STAREJŠI MLADINCI

atlet	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Jan Vukovič	2000	Kladivar	800 m	222
Filip Jakob Demšar	2000	Mass	110 m ovire	207
Matic Silič	2000	Radovljica	troskok	83
Gregor Grahovac	2000	Mass	400 m	77
Matevž Suštaršič	2001	Krka	100/200 m	47

Glavovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

SLOVENIJE

Z NAMI GRE LAŽJE



SREBRNI SPONZOR ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



NAJ STAREJŠA MLADINKA V LETU 2019 – Klara Lukan

Osredotočena, mirna gazela za velike zmage

Šentjernejšanka Klara Lukan, ki trenira v ljubljanskem Massu, je na evropskem prvenstvu za starejše mladince v atletiki do 20 let v Borås na Švedskem v finalu na 5000 metrov zmagala in tako osvojila tretjo slovensko zlato kolajno na teh tekmovanjih.



»Na to tekmo sem se psihično pripravljala že nekaj mesecev. Dvigovala sem si samozavest in zlato ni prišlo kar tako. Kljub vremenu, saj je bilo mrzlo in vetrovno, sem šla na vse ali nič. Tako sem tudi tekla, nič me ni moglo zaustaviti, in zelo sem zadovoljna,« je povedala Lukanova.

Osemnajstletnica je imela drugi prijavljeni dosežek med udeleženkami tekme. Na čelu je bila praktično od starta do cilja, kjer je imela precej prednosti pred drugouvrščeno Italijanko Nadio Battocletti (16:09,39). S časom 16:03,62 je popravila svoj slovenski rekord za starejše mladinke. Dobro formo in velik napredek v zadnjem obdobju je pokazala že 10. julija letos, ko je v Szekesfehérváru na Madžarskem v neolimpijskem teku na 2000 metrov s časom 5:47,15 izboljšala prejšnji slovenski članski rekord (5:55,42) Sonje Roman.

»Romanove osebno nisem poznala, a je bila prav na tisti tekmi na Madžarskem, kjer sem popravila njen rekord. Zaradi izidov, ki jih je dosegala, je moja vzornica. Nekateri njeni državni rekordi so zelo visoki, tudi v mednarodnem merilu,« je pojasnila Lukanova.

Dolenjka je do leta 2017 trenirala v domačem Šentjerneju, od septembra tega leta pa v ljubljanskem Massu vadi pod okriljem Tevža Korenta, trenerja Maruše Mišmaš. »Z Marušo treniram vsak dan, kar je tudi prispevalo k mojemu tekmovalnemu napredku. Vrhunski športnik ne postaneš sam od sebe. Potrebna je tudi vsakodnevna spodbuda, ekipa in psihična priprava, zato sodelujem s športno psihologinjo Meto Jerala Kegljevič,« je pojasnila Lukanova.

Letos je končala program mednarodne mature na bežigrasjski gimnaziji v Ljubljani. »To je bil zame velik izziv in v času šolanja sem pridobila še dodatno samozavest in odločenost. Na gimnaziji so mi rekli, da bom morala najpozneje v četrtem letniku šport opustiti, ker je šolanje pretežko, a sem dokazala, da je mogoče združevati oboje. Zdaj me čaka študij kemije v Ljubljani,« je dodala Lukanova.

Prvo mesto Lukanove ni bil edini slovenski finalni nastop na Švedskem. Jan Vuković je bil na 800 metrov peti, enako mesto je dosegla tudi Eva Pepelnak v troskoku, Lia Apostolovski si je v skoku v višino delila osmo mesto, Matic Silič je bil v troskoku deveti, Zoja Šušteršič pa je v metu kopja zaradi poškodbe rame končala po prvi seriji finala (13.).

Klara je s svojimi rekordi na drugem mestu v Evropi v teku na 5000 metrov, na četrtem na 3000 metrov in na 14. na 3000 metrov z zaprekami.

Predzadnjo dirko sezone je imela Klara na ljubljanskem maratonu, kjer je tekla na 10 kilometrov. Popravila je prejšnji najboljši čas ljubljanskega maratona Sonje Roman (33:32) iz leta 2015. Lukanova je dosegla celo 16. izid med vsemi, tudi med atleti, ter za več kot tri minute ugnala vse tekmičice, med katerimi je Urška Martinec na drugem mestu (36:31) za sekundo ugnala Biljano Cvijanović iz Srbije (36:32). »Občutek med tekom je bil super, sploh nisem imela težkih nog. Tudi na koncu me je adrenalin kar ponesel naprej. Ne morem verjeti, da sem izboljšala rekord Romanove, super zadovoljna sem. Do šestega, sedmega kilometra sem tekla v skupini in bilo je malo lažje, potem pa sem naprej tekla sama, a me je do cilja poneslo sijajno občinstvo,« je po zmagi povedala Lukanova, za katero pa sezona še ni končana, saj bo na začetku decembra nastopila še na evropskem prvenstvu v krosu v Lizboni.

STAREJŠE MLADINKE

atletinja	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Klara Lukan	2000	Mass	5000 m	290
Eva Pepelnak	2000	Kladivar	troskok	166
Lia Apostolovski	2000	Mass	višina	139
Zoja Šušteršič	2000	Mass	kopje	21
Neja Omanović	2000	Radovljica	troskok	20

Glavovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

ATLETSKA
ZVEZA
SLOVENIJE



E3 Mobility



energetika
ekologija
ekonomija

Prihodnost je električna!

Priložnost za ugoden nakup električnega kolesa ali električnega skiroja

● **BLAUPUNKT**



ZLOŽLJIVO KOLO CLARA 390



E-SKIRO ESC808

➤ **GEPIDA**

epowered by



BOSCH



GEPIDA REPTILA 1000 ALTUS 7



GEPIDA ALBOIN 1000 ALFINE 8



GEPIDA RUGA DEORE
10 POWERTUBE



Več informacij in naročila na www.e3.si.

Za odjemalce električne energije E 3 še posebej ugodno, tudi na obroke brez obresti.

NAJ TRENER LETA 2019 – Tevž Korent

Njihovo zaupanje je zame največja nagrada

Vrnil se je z malimi koraki, a je takoj stopil na veliko sceno. Ima poseben odnos do svojih varovank in varovancev, ki pa, vsaj taka so dejstva, prinaša rezultate. Letos sta obe njegovi atletinji naredili ogromen korak naprej – osebni rekordi, izjemne uvrstitve, kolajna ... In Maruša Mišmaš ter Klara Lukan vedno poudarjata, da se za njunimi uspehi skriva prav on – Tevž Korent, naj trener leta 2019 v Sloveniji.



● **Najprej čestitke za izjemno sezono dveh vaših varovank, Maruše Mišmaš in Klare Lukan. Kako vi komentirate njuno sezono?**

Hvala za čestitke. Maruša in Klara sta za rezultata, ki sta ju dosegli, vložili ogromno časa in energije. Odlični sezoni sta odraz njunega trdega dela, odrekanja in predanosti. Vse, kar sta vložili v atletiko, se jima je obrestovalo. Zadovoljen sem s teki, ki sta jih prikazali.

● **Je bil po vašem mnenju Marušin nastop na svetovnem prvenstvu v Dohi uspešen?**

Z mojega stališča je bil Marušin tek v Dohi popoln! V taktičnem smislu je naredila vse, kar sva se dogovorila pred tekmo. Rezultat ni vedno najpomembnejši oziroma ni edini kazalec uspešnosti nastopa atleta. So

tekme, na katerih se teče na rezultat, in so tekme, na katerih se teče za uvrstitve na tekmovalni.

● **Kakšen je cilj Mišmaševe za naslednjo sezono, ko so na vrsti tudi olimpijske igre in evropsko prvenstvo? Komu boste dali prednost**

Obe tekmi sta za nas zelo pomembni. Med obema je več kot 20 dni časa in mislim, da bo za obe tekmovalni odlično pripravljena. Maruša je že večkrat dokazala, da lahko odlično tekmuje daljše obdobje. Že letošnja sezona je to dokazala, saj je bila izjemno dolga in naporna, Maruša pa je iz tekmovalja v tekmovalje držala pripravljenost na zelo visoki ravni. Zato sem prepričan, da lahko vrhunsko odteče obe največji tekmi v letu 2020.

● **Klara Lukan? Kakšni so načrti za mlado Dolenjko? Letošnji nastop na EP v krosu, potem pa leto 2020? Glavni cilji?**

Glavni cilj v naslednji sezoni bo njen razvoj. Klara je v atletiki sposobna vrhunskih rezultatov, poleg tega je tudi izjemno uspešna na akademskem področju. Fakulteta in vrhunski šport sta združljiva in v naslednjem obdobju bo naša glavna naloga usklajevanja obojega. Je pa to velik in težak izziv za tako mladega atleta. Vendar se da, kar je Klara že dokazala.

● **Kakšna je prednost treniranja v skupini, kot jo imate – več tekačic in tekačev?**

Predvsem sem zelo ponosen na skupino in sem zares vesel, da mi vsi ti mladi, talentirani športniki dovolijo biti del njihovega razvoja. Njihovo zaupanje je zame največja nagrada. Vsak dan se vsi, drug od drugega naučimo nekaj novega in skupno energijo usmerjamo v nekaj izjemnega. Skupina je velika prednost za vse.

● **Kako se lahko hkrati obdržita prijateljstvo oziroma spoštovanje v taki skupini in tekmovalnost?**

Celotna ekipa, ne samo Maruša in Klara, prevzema odgovornost in nikoli ne beži pred težo rezultata. Atletov ni strah uspeha in vedo, da je vsak lahko močnejši in hitrejši samo, če smo skupaj in povezani. Vsak zase najbolje ve, kaj zmore in kaj potrebuje. Jaz njihove kvalitete samo usmerjam in jim pomagam, da vsak med njimi doseže največ, kar lahko. Gre za ekipo izjemnih mladih športnikov. Ekipo, ki ve in verjame, da smo lahko skupaj boljši.

● **Kaj je najpomembnejše v tekih na srednje proge? Aerobna vadba? Anaerobna vadba? Skupek, prava mera doziranja obeh?**

Glava. Med treningom, med tekmo, na startu, na stezi, pred ciljem je pomembna samo glava.

● **Kako ste se sploh znašli v trenerskem delu, potem ko ste bili tudi vi atlet?**

Rad opazujem svet okoli sebe, rad se učim in predvsem imam rad ljudi, ki želijo napredovati. V svoji

atletski karieri sem se veliko naučil in zelo rad te izkušnje uporabljam pri učenju ter treniranju mladih. Atletika je od nekdaj del mojega življenja in bo vedno del mene.

● **Je Maruša po operaciji, med rehabilitacijo stopila v stik z vami ali vi z njo?**

Z Marušo sva sodelovala že pred poškodbo, a v malce drugačni obliki. Po poškodbi je iskala novo ekipo in dogovorila sva se za sodelovanje. Prepričali so me njen talent, osredotočenost in želja postati najboljša.

● **Zakaj ste sploh sprejeli izziv?**

Maruša je izjemna oseba. Zelo rada ima šport in življenje. Njena energija je neskončno velika in je nalezljiva. Zelo rad imam ljudi, ki so pripravljeni vsak dan znova in znova dati vse od sebe. Ne glede na bolečine, utrujenost, težavnost se Maruša nikoli ne ustavi. Od sebe vedno pričakuje in zahteva največ, z namenom, da postane najboljša. Ta odnos in razmišljanje sta me prepričala in me vsak dan znova motivirata.

● **Zakaj ste v skupino sprejeli še Klaro Lukan?**

Klara je prišla v skupino iz podobnih razlogov kot Maruša. Prav Maruša je v Klari videla nadarjeno mlado športnico, ki ji je želela pomagati, zato se nam je pridružila. Pomoč med njima je zdaj obojestranska. Vsi v ekipi so odlični v teh odnosih. Mlajši se učijo od starejših delavnosti, natančnosti oziroma kaj je treba delati, da postaneš najboljša različica sebe. Starejši pa od mlajših dobijo prvinost oziroma jih vedno znova spomnijo, zakaj je atletika tako lep šport in zakaj so se odločili za tek.

● **Bi v skupino, ki jo trenirate, sprejeli še kakšnega atleta?**

Vsako leto v ekipo sprejmemo kakšnega novega atleta.

● **Denimo Agato Zupin?**

Osebno Agate ne poznam, poznam pa njenega trenerja, ki je vrhunski strokovnjak, in verjamem, da je Agata v odličnih rokah. Skupaj sta naredila veliko!

● **Kaj menite o potezi vodstva mednarodne atletske zveze in diamantne lige, da 3000 metrov z zaprekami črta s seznama diamantne lige? Posledice? Kaj to pomeni za Marušo in Klaro?**

Pravzaprav o tem ne razmišljam. Pri Maruši in Klari sta pomembna samo njuna trening in razvoj. To so vprašanja za druge in tiste, ki bi morali ustrezno reagirati. Pri meni so na prvem mestu atlet in njegove potrebe, saj je na stezi samo on in le on lahko doseže tisto, kar lahko. Menim, da bi tudi pri tekmovanjih moralo biti enako.

● **Sodelujete z drugimi slovenskimi trenerji in si izmenjujete izkušnje?**

Atletiko imam v genih in mislim, da imam zato veliko srečo. Mama, oče in brat so vsi vrhunski strokovnjaki, a vsak edinstven, z veliko znanja in izkušnjami. Oni so moji prvi sogovorniki o atletiki. Poleg družine se posvetujem tudi z nekaterimi trenerji doma in v tujini. Vsak zna nekaj in navdušen sem nad znanjem, ki ga premorejo slovenski atletske trenerji.

● **Prihodnost slovenske atletike glede na trenutno stanje?**

Za prihodnost atletike v Sloveniji me ne skrbi, saj imamo resnično odlične mlajše generacije. Moramo pa biti potrpežljivi, saj je za preskok z odličnosti na vrhunskost potreben čas.



Napolnite dan z
DOBRO ENERGIJO

NAJ MLAJŠI MLADINCI IN MLADINKE V LETU 2019 – Vid Botolin in Manca Starašinič

Ti pa že pobirajo velike kolajne

Največje tekmovanje za slovenske mlajše mladince in mladinke v letu 2019 je bil festival olimpijske mladine (OFEM) v glavnem mestu Azerbajdžana Bakuju. Najbolj sta se izkazala ravno najboljša mladinka do 18 let v Sloveniji, saj sta si priborila tretje in četrto mesto.

Vid Botolin iz celjskega Kladivarja je nase prvič opozoril že pozimi, ko je na prvenstvu Slovenije v dvorani postavil nov državni rekord v teku na 3000 metrov (8:37,06), zmagal pa je tudi v kratkem krosu v Velenju. »Moj cilj je bil, da zmagam v absolutni konkurenci, torej da premagam tudi vse starejše, in to mi je uspelo,« je bil takrat zadovoljen varovanec našega nekdanjega atleta Romea Živka, ki trenira še nekaj drugih obetavnih celjskih tekačev.

Z atletiko se je začel ukvarjati že pri petih letih, a je bila na začetku zanj predvsem igra. Tri leta je treniral tudi košarko, v sedmem razredu osnovne šole pa je začel trenirati pri Romeu in Anici Živko; takrat se je resneje posvetil teku na srednje proge. Vid obiskuje drugi letnik 1. Gimnazije v Celju in za zdaj šolo brez težav usklajuje s športom.

Botolin je imel za glavni cilj nastop na olimpijskem festivalu mladih v Bakuju in cilj je seveda več kot izpolnil, saj je osvojil odličje v teku na 3000 metrov. Takrat je slovenski odpravi prinesel prvo odličje v Bakuju. »Ciljal sem na kolajno in po zelo težki poti mi je to uspelo. Sem zelo zadovoljen, ni pa mi še čisto jasno, kaj mi je pravzaprav uspelo,« je tik po teku povedal Botolin, ki je zaostal le za Izraelcem Adisujem Guadijem in Francozom Lucom Le Baronom. Šestnajstletni slovenski atlet je 3000 metrov pretekel v času 8:39,74. Sicer pa je v Zagrebu postavil tudi državni rekord v teku na 3000 metrov na prostem, ko je tek pod osmimi minutami in pol (8:29,67), kar je odličen rezultat, ki ga je pripeljal na 14. mesto v Evropi.

Manca Starašinič pa je bila v Bakuju četrta v skoku v daljino. S skokom, dolgim 5,90 metra, je pristala tik pod odrom za zmagovalke v skoku v daljino, za kolajno pa ji je zmanjkalo osem centimetrov.

Odličen je bil velenjski metalec kopja Filip Dominiković, ki je na koncu zasedel šesto mesto, orodje pa je vrgel 71,92 metra. Mesto slabše se je uvrstil Rok Makus v skoku v daljino, ki je skočil pet centimetrov čez sedem metrov.

V finale se je uvrstil tudi metalec kladiva Jan Emberšič, ki je orodje vrgel 64,17 metra in osvojil 11. mesto. Veronika Sadek je tekla na 2000 metrov z zaprekami in s časom 7:02,07 osvojila 13. mesto. Neža Dolenc je tekmovala v sedmerboju in osvojila 15. mesto.



MLAJŠI MLADINCI

atlet	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Vid Botolin	2002	Kladivar	3000 m	254
Filip Dominković	2002	Velenje	kopje	149
Rok Makuc	2003	Radovljica	daljina	116
Jan Emberšič	2003	Domžale	kladivo	81
Jernej Gumilar	2003	Mass	200 m	36

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

MLAJŠE MLADINKE

atletinja	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Manca Starašinič	2002	Mass	daljina	214
Zala Istenič	2002	Mass	100 m	195
Nika Dobovšek	2003	Sevnica	800 m	75
Neža Dolenc	2003	Triglav	sedmerboj	69
Veronika Sadek	2003	Mass	2000 m zapreke	67
Tjaša Zajc	2002	Mass	krogla	15

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

V evropska mesta že od 8 €



Zagreb / 9 €

Opatija, Reka / 9 €

Pulj / 19 €

Trst / 8 €

Letališče Trst / 11,60 €

Beograd / 29 €

Budimpešta / od 15 €

Dunaj / od 29 €

München / od 29 €

Frankfurt / od 49 €

Zürich / od 29 €

Praga / od 39 €

Navedene so najnižje cene enosmernih vozovnic iz Ljubljane, ki veljajo do 14. 12. 2019.



 Slovenske železnice

GREMZVLAKOM 

www.slo-zeleznice.si

NAJ PIONIRJI IN PIONIRKE V LETU 2019 – Sandro Jeršin Tomassini in Katjuša Jordan Nadižar

Leteči Ljubljanačan

V Sloveniji se še vedno zelo veliko mladih ukvarja z atletiko, čeprav so drugi športi bolj priljubljeni. Med pionirji sta v ospredju neverjetni Sandro Jeršin Tomassini in Katjuša Jordan Nadižar.



FOTO: DAMJAN ŠPAROVEC

PIONIRJI

atlet	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Sandro Jeršin Tomassini	2004	Mass	višina	276
Jakob Urbanč	2004	Brežice	kladivo	131
Tim Dolar	2004	Velenje	disk/krogla	47
Luka Zupanc	2004	Brežice	palica	39
Sebastijan Turinek	2004	Velenje	1000 m	34
Jakob Praprotnik	2004	Mass	300 m ovire	33
Klemen Modirjancić	2005	Sl. Bistrica	daljina	32
Tjaša Peterlin	2004	Radovljica	troskok	23
Niko Forjan	2004	Goričko	300 m	21

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

PIONIRKE

atletinja	leto rojstva	klub	disciplina	točke
Katjuša Jordan Nadižar	2004	Kranj	daljina	139
Maša Radovan	2005		višina	Krka 137
Ema Rodman	2004	100 m ovire	Gorica	118
Petja Kiojčnik	2004	600 m	Štajerska	60
Manca Remskar	2004	Kronos	100 m	55
Brina Likar	2004	Triglav	300 m	51
Eva Boltežar	2004	Kranj	kopje3	39
Zoja Peteh	2004	Kronos	1500 m	37

Glasovalo je 106 ljudi; za prvo mesto so bile na voljo tri točke, za drugo dve in za tretje ena točka.

Sandro Jeršin Tomassini bo 30. januarja dopolnil komaj 16 let, pa je že trenutno najboljši skakalec v višino v Sloveniji. Še več – za več kot 15 centimetrov preskakuje svoje članske kolege. S preskočenimi 220 centimetri, kar mu je uspelo na področnem osnovnošolskem prvenstvu v Ljubljani, je šokiral atletski svet. Z njim je ta supernadarjeni atlet premaknil nekaj mejnikov hkrati ter je prvi na svetovni in seveda evropski lestvici do 18 let (zaradi slabega vremena so skakali v dvorani v Šiški, tako da skok šteje kot dvoranski), s tem da je vsaj leto, večinoma pa dve leti, mlajši od vseh tekmecev. Sandro, član ljubljanskega AD Mass, trenira pod vodstvom Damjana Šparovca, oba s trenerjem pa sta podobne skoke pričakovala, saj je dobro formo kazal že na treningih. Tomassini, ki obiskuje OŠ Vič, se je z atletiko prvič srečal v tretjem razredu osnovne šole. Sprva je vabil v sklopu atletskega krožka na šoli, kmalu pa se je priključil ljubljanskemu klubu, kjer je najprej skakal v daljino, pozneje pa se je na pobudo zdajšnjega trenerja preizkusil tudi v skoku v višino. »Uživam v atletiki in imam tudi dolgoročne ambicije,« je povedal 187 centimetrov visoki skakalec, ki upa,



FOTO: AKK

da bo vsaj še malo zrasel, saj bo šolanje nadaljeval v športnem razredu Gimnazije Šiška, kjer bo imel dobre razmere za nadaljnji atletski razvoj. Sandro je lepo napredoval in v vseh letih treninga rušil

rekorde. Je državni rekorder na prostem in v dvorani v kategoriji U-14, zdaj pa tudi v kategoriji U-16 in U-18. Izenačil se je s slovenskimi rekorderji v kategoriji do 20 let, Dejanom Miloševićem, Sašem Apostolovskim in Miho Prijonom.

Tomassini Jeršin je zabeležil tudi peti najboljši slovenski rezultat vseh časov v skoku v višino. Rekorder je Rožle Prezelj z 232 centimetri, drugi je Apostolovski, ki jih je preskočil 230, tretji Milošević z 226 in četrti Prijon z 224 centimetri.

Sandro je res fenomen, prava atletska atomska bomba, ki ima pred seboj neverjetno prihodnost, toda na srečo slovenske atletike ni osamljen primer. V Sloveniji je še nekaj 15-letnikov, pred katerimi je svetla atletska prihodnost. Jakob Urbanč prihaja iz Brežic in seveda vihti kladivo ...

Pri dekletih je najbolj izstopala Katjuša Jordan Nadižar iz AK Kranj, ki ima najboljše rezultate v skoku v daljino, vendar za zdaj lahko tekmuje v vseh disciplinah. Tu je še nadarjena skakalka v višino Maša Radovan, ki skače vse višje, ter še cel kup deklet, ki bodo kmalu stopila med resnejšo konkurenco ter se merila tudi na resnejših mednarodnih tekmah.

UGODNO ZAVAROVANJE ZA VSE POTI V TUJINO

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.



VZAJEMNA
zdravstvena zavarovalnica

www.vzajemna.si

☎ 080 20 60

PLAKETE, PRIZNANJA IN REKORDERSKE ZNAČKE

Rezervirano samo za najboljše

Komisija je na razpis za priznanja AZS prejela šest predlogov, ki so jih posredovali klubi, član upravnega odbora AZS in tehnično-tekmovalna komisija AZS. V skladu z določili pravilnika je komisija razpravljala o kandidatih in jih predlagala upravnemu odboru AZS v potrditev, UO pa je nato potrdil spodaj navedene prejemnike priznanj AZS za leto 2019. Komisija podpira kandidature mag. Jurija Novaka in Mira Prsteca za Bloudkovo priznanje.

PLAKETE ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE

Zlata plaketa

Marija Šestak – za 3. mesto na 11. svetovnem prvenstvu leta 2007

Tomo Šarf – za dolgoletno delo v gorskih tekih na domačem in mednarodnem področju

Srebrna plaketa

Matej Gaberšček – za 30 let predanega dela v AD Posočje Tolmin

Dušan Papež – za dolgoletno delo na področju gorskega teka in vodenje kluba

Bronasta plaketa

Kristjan Čeh – za osvojen 1. mesto na 12. evropskem prvenstvu za mlajše člane in članice

Klara Lukan – za osvojen 1. mesto na 25. evropskem prvenstvu za starejše mladince in mladinke

PRIZNANJA ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE

AD Posočje Tolmin – za 50-letno uspešno delovanje v slovenski atletiki

AK Domžale – za 40-letno uspešno delovanje v slovenski AD Mass

Ljubljana – naj klub leta 2019

AK Krka Novo mesto – za uspešno izvedbo večjega števila prvenstvenih tekmovanj tako v dvorani kot na prostem. S pridobitvijo krožne dvorane je nase prevzel organizacijo vseh dvoranskih prvenstvenih tekmovanj.



REKORDERSKE ZNAČKE ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE

Rekordi v dvorani za leto 2019

ČLANI

štafeta 4 x 400 m – 3:20,27 – Slovenija (R. Zupančič, R. Markelj, J. Vukovič, G. Grahovac), 10. 2. 2019 Istanbul

Rekordi na prostem za leto 2019

ČLANI

1000 m – 2:20,12 – Jan Petrač (Mass), 15. 6. 2019 Šamorin

cestni tek 10 km – 31:51 – Mitja Krevs (Štajerska) 26. 6. 2019 Bled; – 31:13 – Mitja Krevs (Štajerska) 29. 9. 2019 Sl. Konjice; 30:52 – Jan Kokalj (Kladivar) 27. 10. 2019 Ljubljana

štafeta 4 x 400 m (mešana) – 3:20,66 – Slovenija (L. Janežič, J. Smonkar, L. Mesec Košir, A. Horvat), 23. 6. 2019 Minsk

ČLANICE

2000 m – 5:47,15 – Klara Lukan (Mass) 9. 7. 2019 Szekesfehervar

2000 m zapreke – 6:11,92 – Maruša Mišmaš (Mass), 5. 6. 2019 Ljubljana

3000 m zapreke – 9:20,97 – Maruša Mišmaš (Mass), 13. 6. 2019 Oslo

cestni tek 10 km – 37:47 – Neja Kršinar (Papež), 29. 6. 2019 Bled; 35:52 – Neja Kršinar (Papež), 29. 9. 2019 Sl. Konjice; 33:23 – Klara Lukan (Mass) 27. 9. 2019 Ljubljana

hoja 10.000 m – 55:26,13 – Eva Čanadi (Koper) 13. 04. 2019 Velenje

palica – 4,61 – Tina Šutej (Mass), 9. 7. 2019 Luzern; 4,63 – Tina Šutej (Mass), 17. 7. 2019 Jockgrim; 4,70 – Tina Šutej (Mass), 10. 8. 2019 Varaždin; 4,73 – Tina Šutej (Mass), 15. 9. 2019 Velenje

PRIKLOPLJENI NA POZITIVNO ENERGIJO.

Verjamemo v svetlo energetska prihodnost. Kot največji slovenski proizvajalec in prodajalec električne energije iz lastnih, domačih virov s pozitivnostjo sprejemamo odgovornost trajnostnega energetskega prehoda v Sloveniji. Naše elektrarne že zdaj proizvedejo več kot tri četrtine vse električne energije iz obnovljivih virov. Kot osrednji steber slovenskega elektroenergetskega sistema zagotavljamo stabilno in zanesljivo oskrbo. Naše delovanje in razvoj temeljita na načelu odgovornosti do okolja in družbe. Z izkušnjami in znanjem več kot tri tisoč strokovnjakov v skupini HSE odpiramo nove razvojne priložnosti, ob stalnem nadgrajevanju strateških partnerstev tako doma kot v tujini pa utiramo pot v zanesljivo prihodnost proizvodnje električne energije.



SVETOVNO PRVENSTVO V DOHI

Trije slovenski finalni nastopi

Na 17. svetovnem prvenstvu v atletiki v Dohi so se v devetčlanski slovenski reprezentanci tri atletinje uvrstile v finale, Marija Šestak pa je prejela bronasto kolajno, osvojeno v troskoku pred 12 leti.



Šestakova, ki je bila na SP v japonski Osaki leta 2007 peta, a je nato zaradi dopińskih prekrškov njenih tekmić pridobila dve mesti, je tako osvojila peto odličje za slovensko atletiko na dosedanjih SP. Prvo je osvojil Gregor Cankar v skoku v daljino v španski Seville leta 1999, preostale tri, po eno vsake barve, pa najboljši slovenski atlet v zgodovini Primož Kozmus. V metu kladiva je bil zlat v Berlinu leta 2009, srebrn v Osaki na Japonskem leta 2007 in bronast v Daeguju v Južni Koreji leta 2011. Kozmusu in Cankarju se v Dohi na zmagovalnem odru razen Šestakove po pričakovanjih ni pridružila nobena izmed sedmih atletinj ali kateri od dveh atletov, ki so se merili na povsem klimatiziranem stadionu Kalifa, kjer ni bilo visoke vlažnosti zraka in zunanje temperature. Ta je velikokrat presegala 40 stopinj Celzija.

Na desetem mestu je v finalu v metu kopja končala Martina Ratej, ki pa ni presegla 60 metrov (58,98 m). To ji je uspelo v kvalifikacijah, ki jih je končala s četrtim izidom (62,87 m). Potem si je želela več tudi v finalu, četudi prvič po nekaj letih ni spadala niti v širši krog favoritinj za najvišja mesta. A znova je bila razočarana.

Na 12. mestu je končala Maruša Mišmaš na 3000 metrov zapreke (9:25,80) in bila še 33. na 1500 metrov, na 13. mesto pa se je v skoku s palico uvrstila 30-letna Tina Šutej v svojem prvem članskem finalu na SP.

Maja Mihalinec se sicer ni uvrstila v finale na 200 metrov, toda njeno 12. mesto v zelo ostru in široki konkurenci sprinta ima finalni lesk. Devetindvajsetletna Mozirjanka je bila v polfinalu 12. (22,81), v kvalifikacijah pa 11. z osebnim rekordom (22,78) in normo za olimpijske igre v Tokiu 2020.

Mihalinčeva je na 100 metrov le za stotinko zgrešila polfinale in bila na 25. mestu druga najboljša Slovenka med tistimi, ki so izpadli v kvalifikacijah. Na 16. mestu je bila Maruša Černjul v skoku v višino (1,89 m).

Povratnica po materinstvu Barbara Špiler je bila 27. v metu kladiva (65,76 m). Po nekaj sezonah se je znova vrnila na največja članska tekmovanja, prvič pa je na njih tekmoval največji up slovenske atletike Kristjan Čeh.

Slovenske uvrstitve

Nastopi v finalu:

- 10. Martina Ratej, kopje, 58,98 m,
- 4. v kvalifikacijah, 62,87 m
- 12. Maruša Mišmaš, 3000 m zapreke, 9:25,80
- 13. Tina Šutej, palica 4,50 m

Nastop v polfinalu:

- 12. Maja Mihalinec, 200 m, 22,81
- v kvalifikacijah 11., osebni rekord in norma za OI 2020 (22,78)

Izpadi v kvalifikacijah:

- 16. Maruša Černjul, višina, 1,89 m
- 25. Maja Mihalinec, 100 m, 11,32
- 27. Barbara Špiler, kladivo, 65,76 m
- 31. Kristjan Čeh, disk, 59,55 m
- 33. Maruša Mišmaš, 1500 m, 4:14,94
- 33. Luka Janežič, 400 m, 46,84
- 38. Anita Horvat, 400 m, 52,73

Dvajsetletni in 2,06 metra visoki Ptujčan je bil 31. v metu diska (59,55 m). Letos je bil evropski prvak do 23 let, kar je pred dvema letoma uspelo Luki Janežiču v teku na 400 metrov.

Janežič je po zapletih s povabilom, saj norme ni dosegel, na SP pripotoval z dopusta, po dolgem lovu na normo pa je tudi Anita Horvat nastopila brez prave forme in bila 38. na 400 metrov (52,73).

Američani so na svetovnem prvenstvu v atletiki, ki se je po desetih dnevih končalo v Dohi, izenačili rekordni izkupiček v zgodovini sedemnajstih prvenstev; 14 zlatih kolajn so imeli še na SP 2007 v Osaki in 2005 v Helsinkih.

Reprezentanca ZDA je skupno v katarski prestolnici osvojila 29 odličij. Na drugem mestu je bila Kenija s petimi zlatimi, dvema srebrnima in štirimi bronastimi kolajnami, tretja pa Jamajka (5, 2, 4). Na šestem mestu je prva evropska reprezentanca Velika Britanija (2, 3, 0), sledi ji Nemčija (2, 0, 4). Skupno je kolajne osvojilo 43 držav.



Joma® Running

ALL FOR SPORT



EVROPSKO PRVENSTVO V KROSU

Je napočil čas za tretjo slovensko kolajno?

Letošnje evropsko prvenstvo v krosu bo gostila Lizbona. V portugalski prestolnici se bodo najboljši evropski tekači stare celine zbrali prvi konec tedna v decembru, tekme vseh kategorij bodo na sporedu v nedeljo, 8. decembra.

V Lizbono bo Slovenija poslala le nekaj svojih predstavnikov, dokončen seznam potnikov še ni znan, saj je končno prijavo treba sporočiti najpozneje do 28. novembra. Najmočnejše slovensko orožje na prvenstvu, ki vsako leto poteka že od leta 1994, bo gotovo letošnja evropska mladinska prvakinja v teku na 5000 metrov Klara Lukan.

Mlada Šentjernejčanka že ima izkušnjo z evropskega prvenstva v krosu, saj je lani nastopila v nizozemskem Tilburgu in osvojila 31. mesto med mladinkami. Letos bo njen nastop povsem druga zgodba, saj je za njo odlična sezona, v kateri je zelo napredovala, postavila številne državne rekorde, med drugim tudi dva članska, in sicer v teku na 2000 metrov in cestnem teku na 10 kilometrov. Slednjega je postavila konec oktobra na ljubljanskem maratonu, ki je bil zadnji kazalec, da je odlično pripravljena tudi pred zadnjo tekmo sezone.

CILJ JE JASEN, TO JE KOLAJNA

»Letos bo nekoliko večji pritisk kot lani, saj je osnova pred odhodom povsem drugačna. Cilj je jasen, to je kolajna, a je ne bi rada napovedovala,« je dejala Lukanova, ki se zaveda, da so krosi nepredvidljivi in da odlični nastopi na stezi še ničesar ne zagotavljajo: »Razmere na kros tekmovanjih so povsem drugačne, nekaterim mehkejša podlaga ne ustreza. Jaz imam rada kroso, vendar ne v ekstremnih razmerah. Nimam težav s klanci ali hlodi, ki so običajno na progi, vsekakor pa si ne želim mrzlega, deževnega in vetrovnega vremena. Sem motivirana, mislim, da je vsak razplet mogoč. Verjamem vase in v svoje treninge, kolajna Maruše Mišmaš izpred šestih let pa je le še potrditev, da se da uvrstiti zelo visoko.«

ZLATO JAVORNIKOVE VELIKO PRESENEČENJE

Slovenija je že od začetka prisotna na evropskih prvenstvih v krosu. Vse se je začelo leta 1994 v Alnwicku v Veliki Britaniji. Takrat so nastopali le člani in članice. Najboljši Slovenec na uvodni izvedbi



prvenstva je bil Izudin Hrapič, ki je osvojil 72. mesto. Leta 1997 so članski dodali uradno mladinsko kategorijo, tedaj 18-letna Sonja Roman pa si je pritekla odlično šesto mesto.

Leta 2002 je prvenstvo potekalo na Hrvaškem, točneje v Medulinu, kjer slovenski tekači pogosto trenirajo. Tekmo je zaznamovala izjemno močna burja, v kateri se je najbolj znašla Helena Javornik, ki je med članicami presenetljivo zmagala in Sloveniji pritekla prvo kolajno na EP v krosih.

VELENJE DVAKRAT GOSTILO PRVENSTVO, BEOGRAD SREČEN ZA MIŠMAŠEVO

Dvakrat je prvenstvo potekalo tudi v Sloveniji, obakrat v Velenju. Leta 1999 slovenski tekmovalci niso pretirano navdušili gledalcev ob progi. S 47. mestom se je najbolj izkazala članica Silva Vivod,

med člani pa je bil na 52. mestu najboljši Jože Čeh. Takrat je med mladinci nastopil tudi Britanec Mo Farah, ki je pozneje osvajal zlate kolajne na svetovnih atletskih prvenstvih in olimpijskih igrah. Na progi ob Škalskem jezeru je osvojil peto mesto.

Najboljši evropski tekači so se leta 2011 še drugič zbrali v Velenju, ki se je znova izkazalo z odlično organizacijo. Med članicami je Romanova osvojila 29. mesto, prvič pa je nase opozorila tedaj še mladinka Maruša Mišmaš.

Mišmaševa je že naslednje leto naredila velik korak naprej in na prvenstvu v Budimpešti osvojila četrto mesto ter za las zgrešila stopničke. Leta 2013 je prvenstvo potekalo v Beogradu, Mišmaševa pa je zaostala le za britansko in poljsko tekmovalko ter osvojila bronasto kolajno.

Slovenija se tako lahko pohvali z dvema kolajnama na omenjenem tekmovanju, kmalu pa bi se zbirka odličij lahko povečala ...



Že 65 let vrtimo Talumovo kolesje

Živimo v dobi aluminija.
Lahkega materiala z neskončno
možnostjo recikliranja ...
Vabimo vas, da ga поблиže spoznate!

DAN ODPRTIH VRAT V TALUMU

Obiščite nas **v soboto, 23. novembra 2019.** Dobimo se ob 9. uri pred Talumovo upravno stavbo (Tovarniška cesta 10, Kidričevo).

Pod strokovnim vodstvom vas bomo popeljali po naši proizvodnji in vam predstavili Talumov aluminij.

Vabljeni!

www.talum.si

24. LJUBLJANSKI MARATON

Kobe in Piskova do državnih naslovov, Kokalj in Lukanova z državnima rekordoma

Že tradicionalno je zadnji oktobrski konec tedna v Ljubljani potekal tekaški praznik. Volkswagen 24. Ljubljanskega maratona se je udeležilo nekaj manj tekačev kot lani, a je lepo jesensko vreme na ulice privabilo največ navijačev do zdaj.

FOTO: PETER KASTELIC/AZS



Najdaljša, maratonska razdalja je letos štela tudi kot prvenstvo Slovenije v maratonu. Državna naslova sta na 42 kilometrov osvojila 38-letni nekdanji olimpijec Primož Kobe (2:29:53), skupno deveti, in 34-letna amaterska tekačica Saša Pisk (2:56:50), skupno 12.

Etiopijec Kelkile Gezahegn Woldaregay je z drugim najboljšim rezultatom v zgodovini tekmovanja 2:07:29 postal zmagovalec letošnjega maratona, med pripadnicami nežnejšega spola pa se je Kenijka Borneš Chepkirui Kitur vpisala v zgodovino z novim rekordom ljubljanske proge, ki zdaj znaša 2:21:26.

KOBE DO NASLOVA V RITMU ZA »UPOKOJENCE«

Kobe je na 42 kilometrov teklen prvič po odstopu na maratonu leta 2016, ko je še lovil normo za Ol v

Riu de Janeiru, v zadnjem obdobju pa so njegovo tekmovalno pot preprečevale poškodbe. »Na koncu je bilo težko, ker sem letos pretekel le nekaj čez 2000 kilometrov, veliko premalo. Zato sem teklen zame ritem za upokojeence. A upam, da se bom zdaj vendarle 'sestavil' po vseh zdravstvenih težavah. Hitrost imam, manjka mi vzdržljivosti in upam, da se bom do spomladi pripravil za boljši tek,« je v cilju povedal Novomeščan, udeleženec olimpijskega maratona v Londonu leta 2012.

Kobe je bil mesto in dobro minuto pred triatloncem Maticem Modicem (2:31:06), 11. pa je bil duatlonec Bojan Cebin (2:36:47). A slednja nista registrirana člana Atletske zveze Slovenije, tako da je bil v konkurenci državnega prvenstva srebrni Blaž Orešnik, skupno 12. (2:39:26). Bronast v konkurenci državnega prvenstva je bil skupno 17. Martin Ocep (2:44:50).

Pred startom je bil glavni favorit za zmago Rok Puhar, ki je na polovici proge še prepričljivo vodil, a je imel nato težave z izotoničnimi napitki, ko so se okrog 30. kilometra pojavile še težave s stopalom, pa je bil primoran odstopiti.

BREZ PRIČAKOVANJ NA NAJVIŠJO STOPNIČKO

»Malo me je skrbelo napovedano toplo vreme, ker imam raje hladnejše dneve. Toda bilo je kar dobro. Želela sem si osebnega rekorda, vesela sem, da mi je to tudi uspelo. Ničesar nisem pričakovala glede uvrstitve v konkurenci državnega prvenstva, edini cilj je bil, da prebijem mejo treh ur,« je v cilju povedala nova državna prvakinja med dekleti. Takoj za Piskovo je v cilju prišla gorska tekačica Barbara



VAS MOTIJO OČALA ALI LEČE?

**ZASLUŽITE SI LEPŠI POGLED NA SVET IN
ŠPORTNO KARIERO POLNO SVOBODE
ODSTRANITE DIOPTRIJO**



5 KORAKOV ODSTRANITVE DIOPTRIJE

1. Pokličite 080 16 13
2. Opravite natančen pregled
3. Operirajte oči po najprimernejši metodi
4. Pooperativna kontrola
5. Živite novo življenje
z boljšim pogledom na svet



www.vidim.si 080 16 13

Trunkelj (3:00:30). Tudi ona se ni prijavila za DP, tako da je srebrno kolajno osvojila državna rekorderka Helena Javornik (3:06:50), ki pa že dolgo ne trenira več. Tretja za DP je bila Katja Rakušček (3:24:24), ki pa je bila šele 32. Pred njo je bilo poleg omenjene trojice še 10 Slovenk.

KREVS IN KRŠINARJEVA NISTA PUSTILA PRESENEČENJA NA POLMARATONSKI RAZDALJI

Neja Kršinar (1:16:23) in Mitja Krevs (1:09:08) sta zmagala na 21 kilometrov. Drugi je bil gorski tekač Timotej Bečan (1:09:51), tretji pa triatlonec David Pleše (1:10:31). Med polmaratonkami je bila druga Hrvatica Ana Štefulj (1:18:43), tretja pa Slovenka Laura Guzelj Blatnik (1:21:03).

KAR ŠTIRJE NOVI REKORDERJI V CESTNEM TEKU NA 10 KILOMETROV

Jan Kokalj je z rekordom 10-kilometrskе proge (30:52) slavil tretje leto zapored na tej razdalji. Med atletinjami je prav tako z rekordnim časom prvo mesto osvojila Klara Lukan (33:23), letošnja mladinska evropska prvakinja v teku na 5000 metrov.

Kokalj je izboljšal prejšnji rekord proge, ki ga je Krevs dosegel leta 2011 (31:15), ter popravil tudi njegov slovenski rekord na 10 kilometrov za cestne teke iz letošnjega leta (31:13). Lukanova pa je popravila prejšnji najboljši čas ljubljanskega maratona Sonje Roman (33:32) iz leta 2015 in državni članski rekord Kršinarjeve.

Celjan in Šentjernejčanka pa nista edina nova rekorderja. Matija Rizmal, ki je bil drugi na 10-kilometrski razdalji, je s časom 31:15 postavil nov državni rekord za starejše mladince, Jakob Medved pa s časom 32:43 nov državni rekord za mlajše mladince. Naslednji ljubljanski maraton bo na sporedu 25. oktobra 2020.



MOŠKI

42 km:	
1. Kelkile Gezahegn Woldaregay (Eti)	2:07:29
2. Anthony Maritim (Ken)	2:07:52
3. Vincent Rono (Ken)	2:08:06
4. Goitom Kifle (Eri)	2:08:09
5. Ezekial Omulilo (Ken)	2:08:41
6. Regesa Mndaye Bejiga (Eti)	2:09:38
7. Oda Berhanu Matafeira (Eti)	2:14:26
8. Muluneh Bekele Metaferia (Eti)	2:18:28
9. Primož Kobe (Slo)	2:29:53 (1. za DP)
10. Matic Modic (Slo)	2:31:06
11. Bojan Cebin (Slo)	2:36:47
12. Blaž Orešnik (Slo)	2:39:26 (2. za DP)
17. Martin Očepek (Slo)	2:44:50 (3. za DP)

21 km:	
1. Mitja Krevs (Slo)	1:09:08
2. Timotej Bečan (Slo)	1:09:51
3. David Pleše (Slo)	1:10:31
4. Marek Hladik (Slk)	1:10:36
5. Miran Cvet (Slo)	1:10:41
6. Gašper Bregar (Slo)	1:10:50
7. Peter Kastelic (Slo)	1:12:45
8. Aleksej Ivanov (Rus)	1:13:57
9. Tine Lavrenčič (Slo)	1:14:20
10. Robert Kotnik (Slo)	1:14:36

10 km:	
1. Jan Kokalj (Slo)	30:52, državni rekord
2. Matija Rizmal (Slo)	31:15
3. Matej Sturm (Slo)	31:24
4. Dušan Babić (BiH)	31:25
5. Domen Dornik (Slo)	31:53
6. Maj Popelar (Slo)	32:17
7. Srđan Samardžić (BiH)	32:25
8. Klemen Bojanc (Slo)	32:32
9. Jakob Medved (Slo)	32:43
10. Aljaž Renko (Slo)	32:57

ŽENSKE

42 km:	
1. Bornes Chepkirui Kitur (Ken)	2:21:26, rekord proge
2. Eshete Shitaye (Bah)	2:21:33
3. Dina Chemtai Kipoyogei (Ken)	2:22:07
4. Kufu Tahir (Eti)	2:23:14
5. Sharon Jemutai Cherop (Ken)	2:25:11
6. Sentayehu Hailemichael (Eti)	2:25:26
7. Medina Armino (Eti)	2:27:51
8. Olga Skripak (Ukr)	2:27:58
9. Fetale Dejene Tsegaye (Eti)	2:28:41
10. Afera Godfay (Eti)	2:29:18
12. Saša Pisk (Slo)	2:56:50 (1. za DP)
13. Barbara Trunkelj (Slo)	3:00:30
14. Helen Javornik (Slo)	3:06:50 (2. za DP)
32. Katja Rakušček (Slo)	3:24:24 (3. za DP)

21 km:	
1. Neja Kršinar (Slo)	1:16:23
2. Ana Štefulj (Hrv)	1:18:43
3. Laura Guzelj Blatnik (Slo)	1:21:03
4. Ines Jozić (Hrv)	1:22:40
5. Milica Slavković (Srb)	1:23:24
6. Silvia Simunović (Hrv)	1:23:25
7. Bernarda Kržišnik (Slo)	1:24:39
8. Eva Zorman (Slo)	1:25:20
9. Barbara Černič (Slo)	1:25:31
10. Veronika Krečič (Slo)	1:26:35

10 km:	
1. Klara Lukan (Slo)	33:23, državni rekord
2. Urška Martinec (Slo)	36:31
3. Biljana Cvijanović (Srb)	36:32
4. Katja Podobnik (Slo)	36:34
5. Neža Žerjav (Slo)	37:35
6. Lucija Kimani (BiH)	37:47
7. Klementina Lemut (Slo)	38:40
8. Alma Hrnjić (BiH)	38:57
9. Nusa Mali (Slo)	39:16
10. Edwina Kiefer (Avt)	39:17

KRALJICA ŠPORTOV Z 8.000 OBJAVAMI NA SEZONO



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

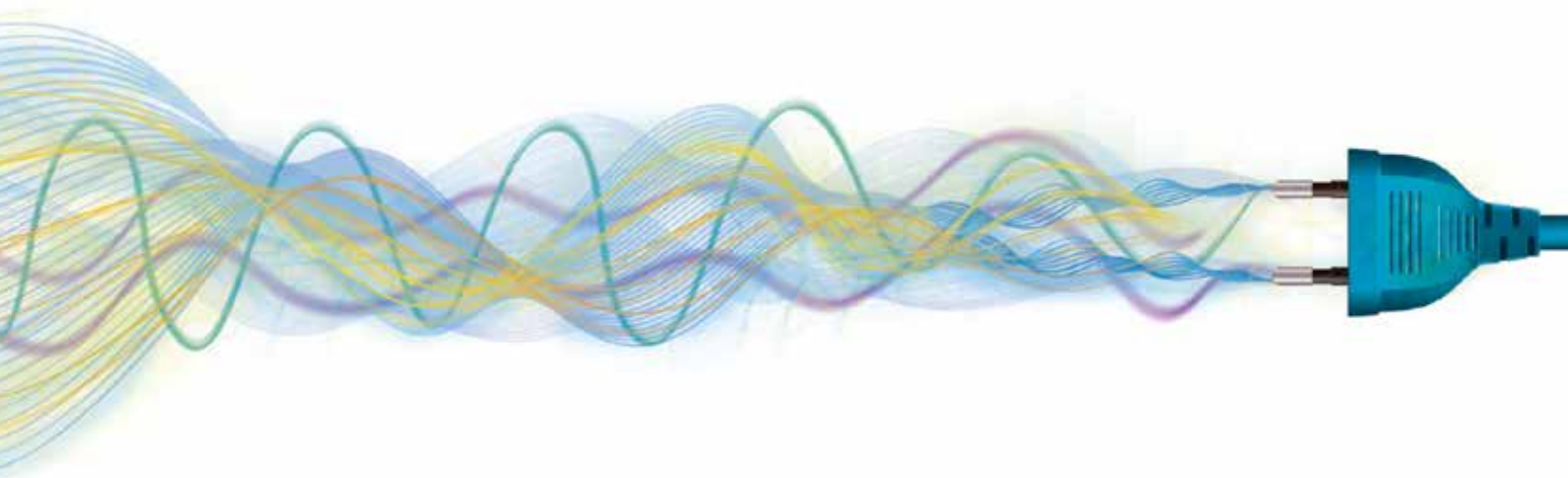
Da bomo Slovenci v prihodnje še bolj uspešni, lahko poleg navijanja pred televizijskimi zasloni in stiskanja pesti na tekmovanjih, pomagamo športnikom, bodisi s pokroviteljstvom, donatorstvom ali s sponzorstvom. Najpogosteje uporabljena beseda sponzor-stvo je tujka, ki je k nam prišla iz anglo-saškega 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 ciljnimi 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.



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