

NOVEMBER 2021

REVUIA AZS IN PRILOGA ŠPORTNEGA DNEVNIKA EKIPA SN

91



SLOVENSKA
ATLETIKA

SPORTNI DNEVNIK
EKIPA **sn**



NAJ V LETU 2021



GENERALNI SPONZOR ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



ZLATA SPONZORJA ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



SREBRNI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



BRONASTI SPONZORJI ATLETSKE ZVEZE SLOVENIJE



SPONZORJI



Označevanje v industriji
ADHEZIV



Elektro
Ljubljana

URADNI OPREMLJEVALEC



INSTITUCIJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



Fundacija za šport





ROMAN DOBNIKAR,
predsednik Atletske zveze Slovenije

Zaljubljeni v šport

Dragi ljubitelji atletike, za nami je še eno leto, polno izzivov, in ponovno smo dokazali, da za nas ni previsokih ovir. Preskakovali smo jih kot Maruša Mišmaš zapreke ob rekordnem teku v olimpijskem finalu v Tokiu in kot Tina Šutej preskakuje letvico visoko pod oblaki. Obe sta odlično nastopili na olimpijskem spektaklu na Japonskem in osebno sem izjemno vesel, da sta si prvič v zgodovini razdelili prestižni naslov naj atletinje v članski kategoriji.

V moški kategoriji dileme ni bilo. Stari in novi atlet leta Kristjan Čeh se je uveljavil v svetovnem vrhu meta diska in tudi pretresi v ekipi ga niso vrgli iz tira, kar je dokazal z odličnim petim mestom na olimpijskih igrah pri zgolj 22 letih. Nedvomno imamo atleta, ki bo blestel še mnogo let.

Ob tem bi rad čestital tudi vsem ostalim dobitnikom priznanj, ki jih ni malo. Ponosen sem na vsakega izmed njih in vem, da bomo prihodnje leto še boljši. Zahvala in čestitke gredo tudi njihovim trenerjem in klubom, ki jim omogočajo razvoj na najvišji mogoči ravni.

Tudi letos smo izpeljali praktično vse tekme tekmovalnega sistema. Nadaljevali smo Atletsko ligo Telekom Slovenije, boj za skupno zmago pa je bil napet vse do zadnjega mitinga v Ljubljani. Atletska zveza Slovenije je tudi letos poskrbela za lep nagradni sklad, v odsotnosti večine tujih tekmovalcev pa so naši najboljši atleti lahko nekaj zaslužili tudi na posameznih mitingih. S postajami na Ptuju, v Slovenski Bistrici, dvakrat v Mariboru, Kranju, Velenju in Novem mestu smo jim zagotovili kakovostna tekmovanja, oni pa so se nam oddolžili z odličnimi rezultati.

Pred nami je nova sezona z novimi izzivi, ki jih pričakujem poln optimizma. Čakajo nas številna mednarodna tekmovanja na čelu z dvoranskim svetovnim prvenstvom v Beogradu, svetovnim prvenstvom na prostem v Eugenu in evropskim prvenstvom na prostem v Münchnu. Prepričan sem, da se bomo po letošnjih kolajnah Šutejeve v Torunu ter Žana Rudolfa in Anite Horvat na svetovnem prvenstvu v štafetah ponovno domov vračali z odličji.

Poleg rezultatskih dosežkov je bilo veliko dobrega dela narejenega tudi na ostalih segmentih. Zelo smo napredovali na poslovno-marketingnem področju, medijska prepoznavnost atletike raste, zelo aktivni smo na družbenih omrežjih, neposredni spletni prenosi in reportaže z naših tekmovanj pa so postali stalnica. Zaživel je tudi Klub atletika, ki združuje vse, ki smo zaljubljeni v šport.

Zelo sem ponosen tudi na publikacijo Sledi odličnosti, 100 let slovenske atletike, ki je izšla v teh dneh. Ta izjemna knjiga na moderen način prikazuje, kako so se vrednote atletike ohranile in krepile skozi 100-letno zgodovino na naših tleh.

Za konec bi se rad zahvalil prav vsem, ki so kakorkoli pripomogli, da je za nami še ena uspešna atletska sezona, v letu 2022 pa vsem bralcem revije Slovenska atletika želim veliko sreče, zdravja in optimizma!

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: Reuters

KRISTJAN ČEH

Čas je na njegovi strani

Izjemno leto za enega najobetavnejših atletov na svetu. Pri 22 letih je presegel magično mejo v metu diska – 70 metrov. Na prvih olimpijskih igrah je bil peti, je reden udeleženec mitingov diamantne lige. Kolos s Ptuja je slovenski atlet naslednjega desetletja.

Razmislimo samo o besedah olimpijskega zmagovalca, Šveda Daniela Ståhla, ki je o Čehu dejal: **»Ta fant bo nekoč postavil nov svetovni rekord!«**

Kristjan je leto 2021 začela na zimskem prvenstvu Slovenije v metih na domačem Ptujju konec februarja in disk vrgel 67,51 metra. **»Moj nastop je bil super, odličen začetek sezone je to. Mete sem imel tehnično dobre, a je še vedno veliko rezerv. Do poletne sezone je še veliko česa, da se privadim nove tehnike, ki sem jo spremenil v pripravljalnem obdobju,«** je takrat dejal 206 centimetrov visoki Čeh, nato pa je šlo vse samo še navzgor.

66,65

metra je bila povprečna dolžina Čehovega meta na 20 nastopih v sezoni 2021.

Prvi vrhunec leta 2021 je bil za Kristjana domači, v bistvu prvi poletni miting na Ptujju. Na prvi tekmi mednarodne lige Telekom Slovenije je v metu diska z 69,52 metra postavil slovenski rekord. **»Malo je bilo nerivoze na začetku, to je le prva tekma poletne sezone. Pred njo nisem imel velikih pričakovanj, a sem že v prvi seriji izvrstno vrgel. Potem je disk le še letel in letel. Čutim, da sem dobro pripravljen, dobro smo delali pozimi. Le še nekaj malenkosti moram popraviti, pa bo še bolje,«** se je na domačem Ptujju smejalo Čehu. **»Sedemdeset metrov je magična meja, največ, kar se lahko doseže v disku. Pred mano je le še svetovni prvak, to je zame izziv in tudi potrditev, da smo na dobri poti, imam izvrstnega trenerja Gorazda Rajherja in tako je treba le še nadaljevati,«** je bil zadovoljen Čeh. In takoj na naslednjem mitingu je spet metal vrhunsko. Disk je vrgel 68,17 metra v težkih vremenskih razmerah, le dva centimetra manj pa je vrgel na naslednjem mitingu v Mariboru.

Čeh se je nato, 37 dni pred začetkom olimpijskih iger v Tokiu, razšel s svojim trenerjem Rajherjem. Kristjan je dejal, da Rajher ni želel, da bi na treningih sodelovala Anna Maria Orel,

IZIDI V LETU 2021

67,21	Ptuj	28. februar
65,60	Split	6. marec
69,52	Ptuj	27. maj
68,17	Sl. Bistrica	29. maj
63,79	Kranj – DP	6. junij
68,15	Maribor	9. junij
66,55	St. Zagora – EEP	20. junij
70,35	Kuortane	26. junij
66,68	Oslo – DL	1. julij
66,62	Stockholm – DL	4. julij
65,59	Talin – EP U-23, kval.	8. julij
67,48	Talin – EP U-23, finale	10. julij
67,72	Novo mesto	14. julij
65,45	Tokio – Ol, kval.	30. julij
66,37	Tokio – Ol, finale	31. julij
64,81	Budimpešta – DL	24. avgust
65,68	Bruselj – DL	1. september
66,65	Chorzow	5. september
65,39	Zürich	9. september
65,17	Zagreb	14. september

VRSTNI RED ČLANI

1. K. Čeh (Ptuj)	332 (trener: -)
2. L. Janežič (Kladivar Celje)	216
3. Žan Rudolf (Mass Ljubljana)	142
4. T. Bečan (Papez)	65
5. R. Renner (Mass Ljubljana)	19

metalka kladiva iz Estonije in njegovo dekle. **»Zaradi različnih pogledov, s kom lahko treniram, je prišlo do prehitrih reakcij tako na moji kot na trenerjevi strani. Zahteval je, da pri treningu ni mojega dekleta. To je bil glavni razlog, zato sva se razšla,«** je dejal Čeh, ki je po razburkanem obdobju razhoda s trenerjem treniral sam in potem z reprezentanco nastopil na evropskem ekipnem prvenstvu II. lige, kjer je seveda zmagal v dokaj močni konkurenci. Potem pa ...

Čeh je nastopil na mitingu v finskem kraju Kuortane in v močni konkurenci mesta diska zasedel drugo mesto, a je prvič v karieri presegel magično mejo 70 metrov. S 70,35 metra je postavil slovenski rekord in dosegel drugi izid sezone na svetu. **»Zelo sem vesel dosežka, dvakrat sem vrgel prek 70 metrov. Le ena stvar mi ni uspela, da bi premagal tudi Ståhla, ki je edini iz svetovnega vrha, ki ga do zdaj še nisem ugnal. A moram reči, da sta za menoj nova lepa tekma in dobra serija dolgih metov,«** je bil seveda zadovoljen Čeh in opisal še rekordni met: **»Nisem si mislil, da bo ta met v četrti seriji nekaj posebnega. Disk je odletel blizu zaščitne mreže. Pomislil sem že, da bo šel mogoče zunaj sektorja in ne bo veljaven. Je pa kar letel in letel. Mislim sem nato, da je le blizu meje 70 metrov, da je padel pred črto za to daljavo. A so mi namerili 70,35 metra. Kot sem rekel, ni bil popoln met. Lahko rečem, da mi je šel moj prvi met v karieri prek 70 metrov dokaj z lahkoto in s precej rezerve.«**

Sledila sta dva nastopa na mitingih diamantne lige v Oslu in Stockholmu, ko je bila Čeh dvakrat drugi, vedno pa je zaostal le za izjemnim Švedom. Potem je bilo na vrsti evropsko prvenstvo do 23 let v Talinu, kjer je Čeh prepričljivo ubranil naslov prvaka. **»Zelo sem zadovoljen, imel sem en res zelo dober met, za rekord prvenstev. Že v prvi seriji je šlo prek 65 metrov in bi že s tem gladko zmagal. Imel sem tekmo praktično sam s sabo,«** je bil zadovoljen Ptujčan.

Po olimpijskih igrah, na katerih je osvojil peto mesto, je bilo za Čeha pomembno tekmovanje še finale diamantne lige na slovitem stadionu Letzigrund v Zürichu. Kristjan je spet osvojil drugo mesto z metom 65,39 metra, pred njim pa je bil kdo drug kot Daniel Ståhl. **»Za mano je res dober nastop. To je moj prvi finale v diamantni ligi, še veliko jih je pred mano,«** je za konec sezone napovedal Čeh.





Skupina GEN zagotavlja energijo.

ZANESLJIVO. SAMOOSKRBNO.

Tudi v zahtevnih razmerah delujemo nemoteno: proizvajamo, tržimo in prodajamo ter investiramo. Zanesljivo oskrbujemo Slovenijo z domačo električno energijo.

TINA ŠUTEJ

Prva 'prava' kolajna

Vztrajala je. Kljub poškodbam, kljub padcu »v luknjo«, kljub temu, da nihče ni več verjel, da bo kdaj osvojila kolajno na veliki tekmi. Pa jo je. In potem srebrni iz Toruna dodala še peto mesto z olimpijskih iger. Pa še ni rekla zadnje besede.



Šutejeva je dvoransko sezono začela odlično in že na mitingu v Ostravi pokazala, da lahko skoči visoko, zelo visoko. Zmagala je in preskočila 4,70 metra. »Zelo sem zadovoljna. To je bil vendarle približek tistega, kar si želim v tej sezoni, ko se naadam še boljših izidov,« je povedala 33-letna Ljubljančanka. V začetku marca je bil vrhunec zimske sezone – dvoransko evropsko prvenstvo v poljskem Torunu, ki se ga bo Tina spominjala za vedno, saj je osvojila svojo prvo veliko člansko kolajno. Preskočila je 4,70 metra in za Švicarka Angelico Moser osvojila srebrno kolajno. »Izjemno vesela sem. To je moja prva članska kolajna, na veliki tekmi sem nazadnje stala na odru za zmagovalke leta 2006, ko sem na mladinskem SP osvojila srebrno kolajno. Težko bi bilo bolje. No ja, zlato, ampak tudi srebro je zame tokrat izvrstno,« je po tekmi povedala Šutejeva in dodala: »Ko sem gledala zastavo, so me obliła čustva. Sanje za naprej so, da bi na podelitvi poslušala tudi našo himno. Bila so tudi velika razočaranja, ko sem si želela vse skupaj končati. Po neuspehih na tekmovanjih se vsakič zaradi razočaranja porodi vprašanje, ali se izplača vztrajati. A atletike nisem želela zapustiti, ker vsega še nisem pokazala. To se je preprosto nabiralo v meni. Želela sem si te kolajne, dokazati sem si želela, da sem sposobna, da nisem s tem verjela v čudeže in da so bile sanje realne. Odvalil se mi je kamen od srca. Izplača se vztrajati. Tudi če si enkrat, dvakrat, lahko tudi petkrat ali večkrat razočaran, ni treba obupati. Če verjameš in delaš za to, ni nujno, da se bo izšlo. Tudi zame ni bilo stoodstotno, da se bo izšlo, a vseeno je treba vztrajati. Obup ni rešitev.«

Takoj po zelo uspešni zimski sezoni se je Tina začela pripravljati na poletno, ko so bile v ospredju seveda olimpijske igre. In začela je vrhunsko, saj je na mitingu diamantne lige skočila kar 4,74 metra. Sledili so nastopi na različnih mitingih, mučila pa jo je kronična poškodba tetive, ki ji je povzročala težave in bolečine, a je z njimi živela in tekmovala. Po petem mestu na olimpijskih igrah si je zaslužila tudi finale diamantne lige v Zürichu. S preskočenimi 4,67 metra je bila tretja. »Tekma je bila super, tudi skoki so bili zelo dobri, večino sem opravila v prvih poskusih. Malo sem jezna, ker sem bila povsem blizu državnega rekorda. A bila sem tretja v finalu, kjer je bilo le šest najboljših na svetu,« je bila zadovoljna Šutejeva in nekaj dni pozneje po več kot 800 kilometrov dolgi poti z avtomobilom iz

Züricha na državnem ekipnem prvenstvu v Ljubljani skakala izjemno. S skokom 4,76 metra je postavila nov absolutni državni rekord. »Dober občutek je, lani sem že nekajkrat poskušala izboljšati državni rekord, a nisem imela sreče. Vem, da bom kmalu, mogoče že pozimi 2022, presegla mejo 4,80 metra,« je bila zadovoljna in optimistična Šutejeva.

Tina je lahko vzor vsem mladim tekmovalkam, ki prekmalu vržejo puško v koruzo. Spomnimo se je, ko se je iz Kitajske vrnila s srebrno mladinsko kolajno, kako je kot mladinka prvič nastopila na članski tekmi v dresu Slovenije in jo spremljali naslednjih deset let, ko je bila pred vstopom v vsako sezono optimistka in razmišljala o tem, da se ji pač enkrat mora odpreti. Pa je trajalo in trajalo, Tina je čakala in čakala, pa ni ... No, je dočkala to tako zeleno kolajno. Zdaj ima nov motiv, da jo pot pelje še proti olimpijski kolajni čez tri leta v Parizu. S pametno in preudarno taktiko treniranja in nastopanja bi lahko bila takrat na višinah okoli petih metrov. »Verjamem, da lahko preskočim tudi to,« je vedno govorila Tina. Mnogi ji niso verjeli, zdaj pač morajo misliti tudi na to.

VRSTNI RED

1. T. Šutej (Kladivar Celje)	288 (trener: Milan Kranjc)
1. M. Mišmaš Zrimšek (Mass Ljubljana)	288
3. N. Filipič (Mass Ljubljana)	82
4. M. Mihalinec Zidar (Mass Ljubljana)	69
5. A. Horvat (Velenje)	47

4,59

metra je bila povprečna preskočena višina Tine Šutej na 21 tekmah v tej sezoni (izvzeto je DP v Kranju).

IZIDI V LETU 2021

V dvorani

4,51	Novo mesto	30. januar
4,70	Ostrava	3. februar
4,62	Rouen	6. februar
4,50	Lievin	9. februar
4,53	Gent	13. februar
4,57	Madrid	24. februar
4,60	Aubiere	27. februar
4,70	Torun – DEP	6. marec

Na prostem

4,74	Doha – DL	28. maj
4,00	Kranj – DP	6. junij
4,56	Firence – DL	10. junij
4,25	St. Zagora – EEP	19. junij
4,65	Velenje – APS	2. julij
4,50	Monako – DL	9. julij
4,50	Novo mesto	14. julij
4,55	Tokio – OI, kval.	2. avgust
4,50	Tokio – OI, finale	5. avgust
4,71	Karlsruhe	4. september
4,67	Zürich	9. september
4,76	Ljubljana – EDP	11. september
4,70	Bellinzona	14. september
4,50	Ljubljana	16. september



CILJ #2

**POKLIC,
PRI KATEREM
GREMO OD
BESED V AKCIJO.**

**DOŽIVI GA KOT
POKLICNI VOJAK.**

postanivojak.si

MARUŠA MIŠMAŠ ZRIMŠEK

Ženska za predsednico

Danes Kamničanka, sicer doma iz Grosupljega, je tudi v letu 2021 pokazala, kako izjemna atletinja in osebnost je. Dvakrat je popravila državni rekord v svoji paradni disciplini in se na olimpijskih igrah skoraj do konca borila celo za kolajno. Obljube, ki jih je dala, je izpolnila.

Maruša je zelo dobro izkoristila čas pandemije novega koronavirusa tako za treninge kot tudi za študij. Po diplomu iz laboratorijske medicine na fakulteti za farmacijo je vpisala magisterij iz biokemije, zagovor naloge pa je opravila jeseni. Šestindvajsetletna Grosupeljčanka, ki z možem v zadnjem obdobju živi v Kamniku, je leto 2021 začela izjemno. Na dvoranskem mitingu v Lievinu je v teku na 2000 metrov zapreke zasedla drugo mesto s 5:47,89. Zmagala je Kenijka Winfred Mutile Yavi, ki nastopa za Bahrajn, in s časom 5:45,07 izboljšala najboljši dosežek vseh časov na tej razdalji. Tega je 19. februarja lani prav v Lievinu s časom 5:47,79 postavila Maruša in ugnala Yavijevo. »Zelo dobra tekma. Z Yavijevo sva zamenjali vloge, jaz sem tokrat vodila, ona pa me je prehitela približno 300 metrov pred ciljem. Žal mi je, da mi ni uspelo zmagati in izboljšati rekorda, ampak tak je šport. A vseeno sem dosegla dober čas, še vedno pa imam drugi dosežek vseh časov,« je povedala Mišmaš Zrimškova.

Potem je nastopila na mitingu v Karlsruheju v teku na 3000 metrov. Zasedla je peto mesto z osebnim rekordom 8:48,82. Za dobro sekundo je zgrešila slovenski rekord (8:47,49) Helene Javornik iz leta 2002. »Vesela sem, škoda le, da mi ni uspelo doseči državnega rekorda. Konkurenca je bila super in moj načrt je bil, da se čim dlje časa držim najhitrejših. Dokler sem imela dovolj moči, je šlo, do zadnjih 400 metrov sem bila zraven, potem pa so mi pobegnile,« je povedala Maruša in dodala: »Sem v najboljši formi v svojem življenju in upam, da bo tako ostalo do konca sezone.«

Mišmaš Zrimškova je nato na DP v dvorani dosegla tretji slovenski dosežek v zgodovini na 800 metrov – 2:01,65. Maruša je s tem rezultatom po 1500 in 3000



metrih izpolnila še tretjo normo za dvoransko EP v Torunu. »Nisem pričakovala, da bom tako hitra, presenečena sem bila, ko sem na cilju videla izid. Za 800 metrov pa še nisem pripravljena, saj to razdaljo tečem po enkrat na dvoransko sezono, lani je nisem niti enkrat, in v pririvanju še ne znam tekmovali,« je bila zadovoljna Maruša, ki je nato na dvoranskem balkanskem prvenstvu osvojila zlato kolajno na 1500 metrov (4:09,43).

Potem pa je morala na DEP na Poljskem požreti grenko pilulo. Maruša je bila v kvalifikacijah teka na 3000 metrov v Torunu, v katerih je sprva dosegla najboljši čas (8:52,22), zaradi prestopa zunaj proge diskvalificirana. Pritožbi slovenske reprezentance nato na prvi in na drugi stopnji ni bilo ugodeno. Mišmaš Zrimškova je od zadaj porinila španska tekmovalka. Dogodek so preverjali z videoanalizo, vendar so sodniki in pritožbena komisija ostali pri prvotni odločitvi. »Hudo mi je, zelo dobro sem se počutila. Bila sem zelo močna na progi, 8:51 sem tekla z lahkoto, imela sem še veliko v sebi, a tega potem nisem mogla pokazati v finalu. Take stvari se sicer v dvoranah dokaj pogosto dogajajo, kljub vsemu pa se mi zdi to vseeno preveč kruto,« je bila razočarana Mišmaš Zrimškova in dodala: »S Španko sva se malo prerivali v boju za prostor, katera bo šla naprej po notranji strani. Potem pa me je malo porinila, izgubila sem ravnotežje v zavoju, kjer je tudi naklon na progi. Pokušala sem se ujeti, počasi sem padala proti notranji strani tekmovališča. Na posnetku je videti, kot da sem se že ujela, ker sem prestopila pet korakov po dotiku. Zato vzroka za prestop niso želeli upoštevati, čeprav sem ravno zaradi dotika Španke izgubila ravnotežje.«

Potem pa je Maruša na prvi tekmi poletne sezone pokazala, iz kakšnega testa je. Nastopila je na diamantni ligi v Dohi in takoj popravila državni rekord v teku na 3000 metrov z zaprekami. Mišmaševa je bila šesta, tekla pa je 9:16,82. Kmalu zatem je Sloveniji na EEP v Stari Zagori pritekla zmago v teku na 5000 metrov (15:30,61) in za osem sekund izboljšala osebni rekord ter za krog ali več ugnala vse tekmice. Maruša je seveda vrhunsko nastopila na olimpijskih igrah, ko je bila šesta, potem pa se je nekaj časa ubadala s poškodbo, tako da je odpovedala nastop na finalu diamantne lige v Zürichu in predčasno končala sezono.

IZIDI V LETU 2021

V dvorani

800 m	2:01,65	Novo mesto – DDP	14. februar
1500 m	4:10,08	Novo mesto – DDP, kval.6.	februar
	4:09,43	Istanbul – BDP	20. februar
3000 m	8:48,82	Karlsruhe	29. januar
2000 m zapreke	5:48,71	Lievin	9. februar

Na prostem

1500 m	4:07,50	Ostrava	19. maj
3000 m	8:56,84	Velenje – APS	2. julij
5000 m	15:30,61	St. Zagora – EEP	20. junij
3000 m zapreke	9:16,82	Doha – DL	28. maj
	9:23,36	Tokio – OI, kval.	1. avgust
	9:14,84	Tokio – OI, finale	4. avgust

VRSTNI RED

1. M. Mišmaš Zrimšek (Mass Ljubljana)	288
(trener: Tevž Korent)	
1. T. Šutej (Kladivar Celje)	288
3. N. Filipič (Mass Ljubljana)	82
4. M. Mihaličec Zidar (Mass Ljubljana)	69
5. A. Horvat (Velenje)	47

6

osebnih rekordov je Maruša Mišmaš Zrimšek tekla v letu 2021 – na prostem na 5000 m in dvakrat na 3000 m z zaprekami, v dvorani pa na 800 in 3000 m ter na 2000 m z zaprekami.

NOVO

BAM GRANOLA BAR MALINA IN ČOKOLADA

Pred tabo je 45 g hrustljave granola ploščice, v kateri se skrivajo ovseni kosmiči, katerim sočnost dajejo liofilizirane maline. Med, lešnike, manj masten kakav v prahu, naravno aromo vanilije in ostale sestavine oblije temna čokolada s stevijo.

BAM hrustljava ploščica je pakirana v priročno embalažo in tako enostavno postane tvoj najboljši sopotnik pri vsakodnevnih opravilih.



BAM GRANOLA BAR CIMET IN POMARANČA

Pred tabo stoji 45 g hrustljave granola ploščice, kjer ovsenim kosmičem družbo delata še cimet in kandirane pomarančne kocke. Manj masten kakav, brusnice, rozine, med, kokosov sladkor in ostale sestavine oblije temna čokolada s stevijo. Skupaj tako postanejo tvoja najboljša izbira za prigrizek na poti v službo. Prav tako lahko po napornem treningu poskrbijo za "energy boost".

BAM hrustljava ploščica je pakirana v priročno embalažo in tako enostavno postane tvoj najboljši sopotnik pri vsakodnevnih opravilih.



Poskeniraj QR kodo, BAM hrustljivo ploščico dodaj v spletno košarico in uživaj! Aja, vpiši še kodo **BARS10** in svoje naslednje hrustljave ploščice kupi 10% ceneje!

bam™
BECOME A MASTER

NAJ MLAJŠI ČLANI IN MLAJŠE ČLANICE V LETU 2021

Prihodnost, ki je že tu

Najboljša v letu 2021 v kategoriji do 23 let sta Klara Lukan in Kristjan Čeh, ki sta globoko zakorakala med 'prave' člane.



KLARA LUKAN

V kategoriji mlajših članic je drugo leto zapored naziv najboljše pripadel Klari Lukan. Varovanki trenerja Tevža Korenta so poznavalci atletike namenili 321 točk. Šele 21-letna Šentjernejčanka, ki živi, trenira in študira v Ljubljani, je nekoliko nepričakovano okusila slast olimpijskih iger v Tokiu. Čeprav ni izpolnila zelene norme v teku na 5000 metrov, se je znašla na zadnjem mestu lestvice, ki je še prinašalo nastop na Japonskem. V deželi vzhajajočega sonca je nastopila pogumno, a ji je dober kilometer pred ciljem zmanjkalo moči in odločila se je za odstop.

Sicer pa je za njo še ena izjemna sezona. Vrhunec je dosegla na evropskem prvenstvu za mlajše članice v Talinu, kjer je v teku na 5000 metrov osvojila srebrno kolajno. Članica Atletskega društva Kladivar Celje, kamor je prestopila konec lanske sezone, je blestela že na dvoranskih tekmovanjih. V Istanbulu je z osebnim rekordom 8:58,73 postala dvoranska balkanska prvakinja, na evropskem dvoranskem prvenstvu v Torunu na Poljskem pa je v tej disciplini osvojila 18. mesto. Poleti je osebne in državne rekorde rušila kot za stavo. Na državnem prvenstvu v Kranju je v teku na 3000 metrov sprva državni rekord za mlajše članice postavila s časom

9:00,10, le slaba dva tedna pozneje pa je v stari Zagori rekordno znamko popravila na 8:48,80, ob tem pa tudi zmagala in reprezentanci prispevala pomembnih 12 točk. Tudi v teku na 5000 metrov je rekord za mlajše članice popravila dvakrat. Sprva že maja na mitingu v Nemčiji, kjer je tekla 15:34,48, nato pa je na začetku meseca junija na močnem mitingu v Franciji tekla odličnih 15:23,90.

V jesenskem delu sezone sta padla še dva absolutna državna rekorda. Na zlatem mitingu celinske turnee je 2000 metrov pretekla v času

5:40,91, na ljubljanskem maratonu pa je zmagala v teku na 10 kilometrov in rekordno znamko izboljšala na 32:32. Skupno je v letošnji sezoni zbrala pet naslovov državne prvakinja, enega v dvorani in štiri na prostem, med katerimi sta bila dva v kategoriji članic in dva v kategoriji mlajših članic. Drugo mesto je v glasovanju z 228 točkami zasedla skakalka v višino Lia Apostolovski (Mass), ki je osvojila bronasto kolajno na evropskem prvenstvu za mlajše članice, bronasto medaljo na balkanskem prvenstvu in srebro na dvoranskem balkanskem prvenstvu. S 130 točkami je bila tretja Klarina klubska kolegica Eva Pepelnak, četrta na letošnjem evropskem prvenstvu za mlajše članice v troskoku.

MLAJŠI ČLANI

1. Kristjan Čeh (Ptuj)	326 (trener: -)
2. Filip Jakob Demšar (Mass Ljubljana)	171
3. Jan Vuković (Kladivar Celje)	139
4. Lovro Mesec Košir (Mass Ljubljana)	80
5. Dino Subasić (Velenje)	58

MLAJŠE ČLANICE

1. Klara Lukan (Kladivar Celje)	321 (trener: Tevž Korent)
2. Lia Apostolovski (Mass Ljubljana)	228
3. Eva Pepelnak (Kladivar Celje)	130
4. Karin Gošek (Slov. Bistrica)	64
5. Hana Urankar (Kladivar Celje)	31

KRISTJAN ČEH

Najboljši slovenski atlet leta 2021 Kristjan Čeh (Ptuj) je star komaj 22 let, tako da je prepričljivo s 326 točkami naziv naj atleta osvojil tudi v kategoriji mlajših članov. Drugo mesto je s 171 točkami osvojil sprinter na visokih ovirah Filip Jakob Demšar (Mass), tretje pa s 139 točkami tekač na 800 metrov Jan Vuković (Kladivar). Oba sta bila finalista evropskega prvenstva za mlajše člane v Talinu, kjer je Čeh ubranil naslov prvaka v metu diska.

Joma



JOMA SPORTECH



VTS

FLY REACTIVE

DURABILITY

A L L F O R S P O R T

NAJ STAREJŠI MLADINEC IN STAREJŠA MLADINKA 2021

Tisti, ki rušijo rekorde

Med starejšimi mladinci in mladinkami, torej tistimi do 18 let, je nekaj izjemno obetavnih atletov in atletinj, ki so oblekli tudi že članski reprezentančni dres.



VID BOTOLIN

Tekač celjskega Kladivarja Vid Botolin je še drugo leto zapored osvojil naziv najboljšega atleta v kategoriji starejših mladincev. Varovanec trenerja Romea Živka je v glasovanju prejel 255 točk in za pičli dve točki premagal klubskega kolega Matica Iana Gučka (253 točk), ki je osvojil peto mesto na svetovnem mladinskem prvenstvu v teku na 400 metrov z ovirami. Tretje mesto je s 117 točkami osvojil domači metalec kladiva Jan Emberšič, ki je 6-kilogramsko orodje letos zalučal do novega mladinskega državnega rekorda (71,24 m). Tehnica se je na stran Botolina bržkone prevesila zaradi nekaj izjemnih državnih rekordov, ki jih je letos postavil v svoji starostni kategoriji, uspešno pa je nastopil tudi na evropskem mladinskem prvenstvu v Talinu, kjer je osvojil šesto mesto v teku na 3000 metrov. V tej disciplini je v Stari Zagori, kjer je nastopil v dresu članske reprezentance, državni rekord popravil na odličnih 8:04,23 in zasedel odlično četrto mesto. Na ekipnem evropskem prvenstvu je nastopil še v teku na 1500 metrov in s časom 3:49,83 postavil osebni rekord.

Nastopil je tudi v finalu svetovnega mladinskega prvenstva v Keniji, a je v zaključku povsem izčrpan komaj prišel do cilja in končal na 13. mestu. Bronasto odličje je osvojil na članskem

dvoranskem balkanskem prvenstvu v Istanbulu, kjer je s časom 8:10,76 prav tako popravil državni rekord za starejše mladince.

Odlično formo je držal praktično celotno sezono, saj je dva državna rekorda postavil, ko večina atletov že konča sezono. Na začetku oktobra je v Mariboru sprva popravil državni rekord v teku na 2000 metrov, ki zdaj znaša 5:14,57, le nekaj dni pozneje pa je v Tolminu sezono končal z državnim rekordom v teku na miljo (4:09,10). Skupno je v letošnji sezoni zbral kar osem naslovov državnega prvaka, trikrat pa je postal pokalni zmagovalc.

NAJ STAREJŠI MLADINEC

1. Vid Botolin (Kladivar Celje)	255 (trener: Romeo Živko)
2. Ian Matic Guček (Kladivar Celje)	253
3. Jan Emberšič (Domžale)	117
4. Filip Dominković (Velenje)	76
5. Andrej Skočir (Posočje)	73

NAJ STAREJŠE MLADINKE

1. Veronika Sadek (Mass Ljubljana)	287 (trener: Tevž Korent)
2. Neža Dolenc (Triglav)	147
3. Zala Istenič (Mass Ljubljana)	146
4. Lara Bezgovšek (Kladivar Celje)	123
5. Eva Murn (Krka Novo mesto)	71

VERONIKA SADEK

V kategoriji starejših mladink ni bilo tako tesno, saj je naj atletinja z 287 glasovi prepričljivo postala Veronika Sadek (Mass). Bolj izenačeno je bilo pri glasovih za drugo mesto, saj je 'ovirašica' Neža Dolenc (Triglav, 147 točk) prejela eno točko več od sprinterke Zale Istenič (Mass, 146 točk). Veronika je vrhunec sezone dosegla na mladinskem svetovnem prvenstvu v Keniji, kjer je v teku na 800 metrov zasedla odlično četrto mesto in le za las zgrešila kolajno. Veliko si je obetala tudi od evropskega mladinskega prvenstva v Talinu, a se je zanjo končalo predčasno. Po odličnem nastopu v predteku na 800 metrov, kjer je postavila osebni rekord, je ostala brez nastopa v polfinalu, saj je bila sprva pozitivna na hitrem testu na koronavirus, nato pa tudi na PCR-testu. V svoji paradni disciplini je varovanka trenerja Tevža Korenta osebni rekord še izboljšala ob koncu sezone, ko je na septembrskem mitingu Mednarodne atletske lige v Mariboru dva stadionska kroga pretekla v času 2:04,50.

Državna prvakinja v svoji starostni kategoriji je postala v teku na 400 metrov, ko je v Slovenj Gradcu slavila z osebnim rekordom 56,18, že v dvorani pa je postala dvakratna članska pokalna zmagovalka (800 in 1500 m) in balkanska mladinska prvakinja v teku na 800 metrov.

PS PAKETOMAT

Ko prevzem in dostava
postaneta zabava!

ARFT/WEBK



DOSTOPNO, HITRO IN ENOSTAVNO.

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

www.PSpaketomat.si

Pošta Slovenije
Zanesljivo z vami!

NAJ MLAJŠI MLADINEC IN MLAJŠA MLADINKA 2021

Dobro delo rojeva sadove

Letos se je po poškodbi vrnil eden najbolj obetavnih mladih skakalcev v višino, na Štajerskem pa vrhunsko delajo z mladimi atletinjami.

SANDRO JERŠIN TOMASSINI

Mladi atlet ljubljanskega Massa je v letošnji sezoni nastopil le na štirih tekmah, a so njegovi skoki prepričali večino delivcev glasov, saj jih je v kategoriji mlajših mladincev tako kot lani zbral največ. Naj atlet je postal z 227 točkami. Drugo mesto je s 195 točkami osvojil balkanski prvak v metu kladiva do 18 let Jakob Urbanč (Brežice), tretje mesto pa s 161 točkami Jakob Praprotnik (Mass), ki največ tekmuje v tekih čez ovire. Eden najbolj obetavnih skakalcev v višino se je letos vrnil po skoraj enoletnem premoru zaradi poškodbe gležnja. Prvi del sezone je izpustil, vrnitev na tekmovališča pa naznanil tik pred mladinskim svetovnim prvenstvom, kamor je odpotoval skupaj s trenerjem Damjanom Šparovcem. V Keniji je Tomassini preskočil 2,06 metra in osvojil 11. mesto. Konec septembra je nastopil na mitingu v Zadru, preskočil 2,10 metra in postavil svoj najboljši izid letošnje sezone. Na posamičnih ali pokalnih prvenstvih Slovenije letos ni nastopal.

Najbolj pomembno je, da je poškodba odpravljena in da bo v novo sezono lahko krenil s polno paro.



PETJA KLOJČNIK

Naj atletinja v kategoriji mlajših mladink je letos postala Petja Klotčnik (Štajerska). Varovanka trenerke Maje Bezjak je zbrala 254 točk, kar je bilo 40 točk več od klubske kolegice Karoline Zbičajnik, mlajše mladinske balkanske prvakinja v teku na 400 metrov, tretje mesto pa je pripadlo Brini Likar

(Triglav), mlajši mladinski balkanski podprvakinja v skoku v daljino, ki je prejela 127 točk. Klotčnikova je odlično nastopala že v dvorani, kjer je osvojila dva naslova državne prvakinja, na mladinskem balkanskem prvenstvu v Sofiji pa je v teku na 800 metrov osvojila srebrno kolajno. V poletnem delu sezone je vrhunec dosegla z odličnim nastopom na svetovnem mladinskem prvenstvu v Keniji, kjer se je prebila v polfinale teka na 800 metrov in končala na 14. mestu. Nastopila je tudi na mlajšem mladinskem evropskem prvenstvu v Talinu, kjer je obstala v kvalifikacijah. V vseh disciplinah, v katerih najpogosteje nastopa, je letos krepko izboljšala osebne rekorde. Njena rezultata na 400 metrov (55,61) in na 800 metrov (2:07,48) sta precej zgovorna in nedvomno v prihodnje od simpatične mlade atletinje lahko pričakujemo še marsikaj.



NAJ MLAJŠI MLADINCI

1. Sandro Jeršin Tomassini (Mass Ljubljana)	227
(trener: Damjan Šparovec)	
2. Jakob Urbanč (Brežice)	195
3. Jakob Praprotnik (Mass Ljubljana)	161
4. Klemen Modrijančič (Slov. Bistrica)	102
5. Maj Cizera Turk (Gorica)	89

NAJ MLAJŠE MLADINKE

1. Petra Klotčnik (Štajerska)	254 (trenerka: Maja Bezjak)
2. Karolina Zbičajnik (Štajerska)	214
3. Brina Likar (Triglav)	127
4. Nika Sinkec (Sentjernej)	105
5. Nina Ana Likar (Triglav)	74

KOT OBISK V ORDINACIJI, TODA NA DALJAVO!



ZAVAROVANJE E-ZDRAVNIK

Posvetujete se prek videoklica ali po telefonu. Priročno, zaupno in v živo.

Preprosto se naročite in ob dogovorjenem terminu se boste lahko pogovorili z zdravnikom splošne oz. družinske medicine.

UGODNOST

premija za prvo
zavarovalno leto samo
1,59 EUR na mesec

080 20 60
vzajemna.si

**VARUH
ZDRAVJA**
VZAJEMNA

OLIMPIJSKE IGRE TOKIO 2021

Vrhunsko, a manjkala je pika na i

Nastop na olimpijskih igrah v Tokiu je bil vrhunec atletske sezone. Sedemčlanska slovenska reprezentanca je nastopila odlično, saj je bila skoraj polovica udeležencev med prvo šesterico na svetu. Za popoln vtis je manjkala kolajna, ki sta ji bila blizu Kristjan Čeh in Tina Šutej.

Predvsem Čeh je bil najbolj vroče slovensko železo v boju za kolajno, a se mu na koncu ni izšlo, kar pa za tako mladega atleta seveda ni katastrofa. Šutejeva je izjemno začela finale, a je bila tekma na kožo pisana samo trem ali štirim tekmovalkam, ki so že skakale prek 4,80 metra. Izjemno je z državnim rekordom finale na 3000 metrov z zaprekami odtekla tudi Maruša Mišmaš Zrimšek, toda za kolajno na velikih svetovnih tekmah se bo morala spustiti pod mejo 9:10. Tudi ostali slovenski atleti in atletinje – Klara Lukan, Maja Mihalinec Zidar, Anita Horvat in Luka Janežič – so izpolnili pričakovanja in večinoma odtekli najboljše rezultate sezone.

Slovenski rekorder v metu diska je bil pred potjo v Tokio preveden: »**Pritiska si pred Ol ne bom delal. To bodo moje prve Ol, visokih ciljev si zato ne postavljam. Najprej bo treba v finale prek kvalifikacij, to je lahko tudi zelo zahtevno. V finalu pa želim dobro nastopiti. Nimam trenerja, mogoče sicer nekaj manjka, ampak z veseljem treniram, sam delam analize in popravljam napake.**« Tudi Šutejeva, ki je imela težave s tetivo, je pred Ol vedela, da bo tekma predvsem psihološki boj: »**Najprej si želim uspešno prestat kvalifikacije, v finalu pa bom šla v boj za kolajno. Imam izkušnje z velikih tekmovanj, najboljše na svetu sem v zadnjih sezonah premagovala. Izkušnje imam, morala pa bom imeti tudi dober dan, dobro dnevno formo.**«

NAJPREJ PETO

Čeh je uspešno začel slovenske nastope v kraljici športov na olimpijskih igrah. V kvalifikacijah meta diska je s 65,45 metra zasedel skupno tretje mesto in se zanesljivo uvrstil v finale. Dlje od njega sta vrgla le Šved Daniel Stahl (66,12 m) in Andrius Gudžius iz Litve (65,94 m). Dvaindvajsetletni Čeh je v prvi seriji kvalifikacij vrgel 65,45 metra in se že uvrstil v finale. »**Imel sem povečan srčni utrip in bil sem nervozen, a sem si vseeno s prvim metom zagotovil finale,**« je po kvalifikacijah dejal Čeh.

Finale pa je bila nova zgodba. Kristjan je na koncu osvojil peto mesto s 66,37 metra. »**Zadovoljen**



sem z nastopom, vrgel sem čez 66 metrov. Po treh nervoznih prvih treh metih se je dobro izteklo. Na ogrevanju je šlo dobro. Prvi met na tekmi je bil fantastičen, a žal s prestopom. V drugem strah, da bi še enkrat prestopil, in ni šlo najbolje, v tretjem pa sem trepetal za še tri mete v finalu. Dobil sem jih in imel potem

vse mete prek 66 metrov in sem zadovoljen. To je bil moj prvi olimpijski nastop, peti sem bil, vrhunsko, le dobre izkušnje sem odnesel s tega tekmovanja,« je takoj po tekmi dejal Čeh. Ptujčan je tako osvojil zelo dobro peto mesto, a razočaral mnoge, ki so pričakovali, da bo že na svojih prvih olimpijskih igrah osvojil kolajno. »**'Visel' sem. Bil sem nervozen, ne bi bilo nemogoče, če bi me kdo izrinil iz prve osmerice. A ko sem prišel še do treh metov, sem se sprostil, nato nekaj časa upal, da bom obdržal tretje mesto, toda vedel sem, da me lahko še kdo prehitel, kar se je dejansko zgodilo. Nisem razočaran. Tudi rezultat je dober, v rangu metov, ki sem jih kazal zadnje čase. Imam šele 22 let, imam veliko časa. Za Tokio kolajne nisem napovedoval. Vedel sem, da sem v krogu tekmovalcev, ki jih lahko osvojijo, da sem dobro pripravljen, a vedel sem tudi, da so se vsi pripravljali za Tokio.**«

UVRSTITVE SLOVENSKEH ATLETOV NA OIV TOKIU

5. Tina Šutej – skok s palico	
5. Kristjan Čeh – met diska	
6. Maruša Mišmaš Zrimšek – 3000 m z zaprekami	
15. Luka Janežič – 400 m	
28. Anita Horvat – 400 m	
35. Maja Mihalinec Zidar – 200 m	
44. Maja Mihalinec Zidar – 100 m	
odstop Klara Lukan – 5000 m	

POTEM ŠESTO

Maruša Mišmaš Zrimšek se je v kvalifikacijah teka na 3000 metrov zapreke v Tokiu uvrstila v finale. S časom 9:23,36 je bila skupno deseta. V zadnji od treh skupin je bila druga in se po mestih zanesljivo prebila v boj za kolajne. **»Cilj je bil, da se uvrstim med prve tri in neposredno v finale. Otekla sem, kot sem želela, bilo pa je težko, saj je termometer kazal kar 38 stopinj,«** je po kvalifikacijah dejala 26-letna Maruša. Finale je bil štiri dni pozneje in Mišmaševa je otekla vrhunsko, izboljšala državni rekord in na koncu osvojila šesto mesto. Nekaj časa je bilo videti, da se bo borila celo za bronasto kolajno, a ji je na koncu zmanjkalo moči. **»Dala sem vse od sebe, v cilj sem prišla 'mrtva'. Zadnje tri ovire sem komaj preskočila, noge so me že močno bolele. Za to ni kriva vročina, saj jo kar dobro prenašam, preprosto sem želela biti blizu najboljšim, da mi je to uspelo, pa sem porabila vse moči,«** je po teku dejala

Maruša, ki je priznala, da je imela v mislih tudi kolajno: **»Mislim, da so jo imele vse tekmovalke, ki so stale na startu. In vse so imele tudi možnost. Dala sem si priložnost, bila celo nekaj časa na tretjem in četrtem mestu, priborila sem si priložnost, na koncu je malo zmanjkalo. A sem tudi brez nje ponosna. Nisem imela nobenega dodatnega pritiska. Tako sem bila osredotočena, da sploh nisem razmišljala, da tečem na olimpijskih igrah.«**

SPET PETO

Tina Šutej je v Tokiu v kvalifikacijah, ki jih je motil močan dež, preskočila 4,55 metra in se uvrstila v finale. Zaradi neugodnih razmer je potem v finalu nastopilo vseh 15 atletinj, ki so preskočile 4,55 metra. V finalu je potem začela vrhunsko, toda ... Na koncu si je delila peto mesto, preskočila je 4,50 metra. Na naslednji višini, 4,70 metra, so bile uspešne le štiri tekmovalke, ki so se borile za kolajne. **»Občutki so mešani. Uvrstitev je lepa, a ni kolajna, ki sem si jo želela, pa tudi rezultat ni nič posebnega. Na 4,70 sem bila dvakrat blizu, vem, da sem sposobna te višine, toda žal mi je ni uspelo preskočiti,«** je po finalu dejala Šutejeva, ki meni, da so organizatorji povsem uničili tekmovanje. Atletinje so tekmovanje namreč začele na višini 4,50 metra, kar je po mnenju Slovenke previsoko, še bolj neprimerna je bila druga višina, 4,70, na kateri je izpadlo kar 11 tekmovalk. **»Protesti vodij reprezentanc niso pomagali. Vse je bilo narejeno le za to, da se podelijo kolajne. Vedeli so, da bodo drugo višino preskočile vsaj tri tekmovalke, za druge, tiste slabše, jim ni bilo mar. Nismo imele možnosti, da se vmešamo v ta boj,«** je menila Šutejeva in dodala:



»Moj osebni rekord je 4,75 metra. Da imaš že drugo višino 4,70, je prehud preskok. Devet tekmovalk je imelo letos 4,70 ali manj izid sezone, jaz se imela 4,74. Organizatorji so si želeli, da čim prej izpademo, kar ni prav. A očitno se bo treba privaditi tudi na take preskoke, to je bila že tretja zaporedna tekma na takšen način. Toda na olimpijskih igrah je to povsem neprimerno, štiri leta garamo, da pridemo sem opraviti en uspešen skok. Res je nesmisel.«

VRHUNSKO

»Tina Šutej je dokazala, da se izplača vztrajati, in je z izkušnjami veliko dosegla. 'Če enkrat odnehaš, lahko to postane navada, zato se nikoli ne predaj,' je dejala



košarkarska legenda Michael Jordan in to je tudi moj moto pri vodenju ekipe. Navdušen sem nad petim mestom Čeha, ki je pokazal, da lahko od njega še veliko pričakujemo. Mišmaš Zrimškova je premagala veliko tekmič iz svetovnega vrha, izjemno. Vsi naši tekmovalci so dosegli, kar smo pričakovali, le Lukanova je odstopila kot debitantka na Ol,« je po Ol razmišljal predsednik AZS Roman Dobnikar.

Podobnega mnenja je bil predsednik strokovnega sveta AZS Albert Šoba: **»Šutejeva je že v kvalifikacijah pokazala izjemno zrelost, v prvih poskusih je opravila vse višine in tako v nalivu, ki je zmotil tekmo, gladko prišla v finale. Tam je imela izjemen prvi skok, potem pa ji je malo zmanjkalo za kaj več, a je dosegla vrhunsko uvrstitev. Čeh je svoj vrh dosegel kakšen mesec pred Ol. Ko atlet doseže vrhunski izid, psihično pade. Dosegel pa je dva, presega magično mejo 70 metrov in ubranil naslov mlajšega članskega evropskega prvaka. Ko nekdo to doseže, potem ni notranjega vzgiba po čem več, ker se izprazni, četudi želje ostanejo. Prepričan sem, da je na razvoj rezultata vplivalo tudi to, da ni imel trenerja v obdobju pred Ol. Bolje je bilo, da je bil sam, kot da bi ga menjal tik pred Ol. Če bi mu prvi met uspel, na žalost je prestopil, bi se mu vse odprlo in bi imeli olimpijskega zmagovalca. Potem pa se je ustrašil in se za las prebil med osmerico za še tri mete. Je pa še mlad in vse je še pred njim. Od Mišmaš Zrimškove sem po kvalifikacijah pričakoval uvrstitev okrog petega, šestega mesta. To je tudi dosegla, izjemne atletinje je premagala. V tem trenutku je dosegla največ mogoče. Če ne bi imela poškodbe kolena v tej sezoni, bi bila lahko še boljša, v krogu tistih s kolajnami. Glede na okoliščine je dosegla vrhunec, tako kot Luka Janežič. Vsa čast njemu in trenerju Roku Predaniču, da sta v pravem trenutku dvignila formo.«**

NAJ PIONIR IN PIONIRKA 2021

Kako se brusijo diamanti

Med najmlajšimi, ki počasi že kažejo, da bodo s trdim delom postali vrhunski atleti in atletinje, sta oba najboljša pokazala, da nanju velja računati.



NIKO ŠTAJMEC

V kategoriji pionirjev je naziv naj atleta prejel Niko Štajmec. Član Atletskega društva Poljane Maribor je prejel 188 točk oziroma 23 točk več od klubskega kolega Žana Ogrinca, ki tekmuje v teku na srednjih progah. Tretje mesto je s 121 točkami osvojil državni in pokalni prvak v metu diska in kladi Andraž Rajher (Ptuj).

Štajmec je za zdaj precej vsestranski atlet, saj zmaguje v različnih disciplinah. Varovanec Ladislava Mesariča je tako pionirske državne naslove osvojil v treh različnih disciplinah – teku na 100 metrov z ovirami, metu kopja in osmeroboju, v mlajši mladinski kategoriji pa je postal državni prvak v suvanju krogle tako na prostem kot v dvorani. Temu je dodal še tri pokalne naslove. Nastopil je tudi na dvoboju reprezentanc Slovenije in Hrvaške v Čakovcu. V metu kopja je zmagal, v teku na 100 metrov z ovirami pa je osvojil drugo mesto.

TIA TANJA ŽIVKO

V kategoriji pionirk je naziv najboljša atletinje leta 2021 prepričljivo osvojila Tia Tanja Živko, hči nekdanjih odličnih tekačev Romea in Anice Živko. Slednja je tudi njena trenerka. Članica

celjskega Kladivarja je prejela 293 točk, drugo mesto je osvojila vsestranska atletinja Hana Sekne (Triglav), ki so ji namenili 140 točk, s 110 točkami pa je bila tretja metalka Nuša Lužnik iz Slovenj Gradca. Živkova je dvoboju reprezentanc Slovenije in Hrvaške zmagala v teku na 600 metrov, v letošnji sezoni pa je postavila kar tri pionirske državne naslove. Prvi je padel v teku na 1000 metrov, ki ga je s časom 2:52,21 postavila na mitingu v Avstriji, sledil je rekordni tek na 1500 metrov, ki ga je mlada tekačica uprizorila v Novi Gorici (4:34,23), ob koncu sezone pa je na mitingu v Tolminu rekordno pretekla še miljo (5:06,48). V svoji kategoriji je osvojila tri naslove državne prvakinja, temu pa je dodala še štiri državne naslove v kategoriji mlajših mladink; enega od njih je osvojila v dvorani in enega v krosu. V teku na 1000 metrov je zmagala tudi na atletskem pokalu. Osebnosti rekorde je izboljšala v vseh disciplinah od 600 do 3000 metrov. Nedvomno gre za mlado obetavno športnico, za katero bomo gotovo še slišali.

PRIZNANJA AZS

(posebna priznanja za leto 2021 so bila podeljena v skladu s pravilnikom o priznanjih AZS)

NAJ KLUB LETA 2021

AD Mass Ljubljana (185,511 točke)

REKORDERSKA ZNAČKA

V dvorani

Slovenija – članska ženska štafeta 4 x 400 m 3:41,50 (20. 2., Istanbul/Tur)
Maja Pogorevc, Veronika Sadek, Maruša Mišmaš Zrimšek, Anita Horvat

Na prostem

Člani		
Žan Rudolf	800 m	1:45,15 (4. 8., Pfungstad/Nem)
Primož Kobe	10 km cesta	29:21 (7. 3., Berlin/Nem)
Kristjan Čeh	disk	69,52 (27. 5., Ptuj)
Kristjan Čeh	disk	70,35 (26. 6., Kuortane/Fin)

Članice

Klara Lukan	2000 m	5:40,91 (14. 9., Zagreb/Hrv)
Klara Lukan	10 km cesta	32:32 (24. 10., Ljubljana)
Maruša Mišmaš Zrimšek	3000 m zapreke	9:16,82 (28. 5., Doha/Kat)
Maruša Mišmaš Zrimšek	3000 m zapreke	9:14,84 (4. 8., Tokio/Jap)
Slovenija – članska ženska štafeta	4 x 400 m	3:30,90 (22. 6., Stara Zagora/Blg)
		Agata Zupin, Jerneja Sminkar, Maja Pogorevc, Anita Horvat
Tina Sutej	palica	4,76 (11. 9., Ljubljana)

ABSOLUTNI REPREZENTANTI SLOVENIJE

Moški

Luka Janežič (Kladivar Celje)	25 nastopov (2013–21)
Žan Rudolf (Mass Ljubljana)	25 nastopov (2010–21)
Robert Renner (Mass Ljubljana)	15 nastopov (2010–21)
Blaž Zupancič (Mass Ljubljana)	15 nastopov (2014–21)

Ženske

Veronika Domjan (Ptuj)	20 nastopov (2013–21)
Anita Horvat (Velenje)	20 nastopov (2014–21)
Maruša Mišmaš Zrimšek (Mass Ljubljana)	20 nastopov (2010/21)
Maja Pogorevc (Slovenj Gradec)	10 nastopov (2013–21)
Joni Tomičič Prezelj (Olimpija)	10 nastopov (2014–21)

NAJBOLJŠI ORGANIZATOR TEKMOVANJA

AD Posočje Tolmin

Tehnično tekmovalna komisija AZS je sprejela sklep, da se Atletskemu društvu Posočje Tolmin podeli priznanje za najboljšega organizatorja atletskega tekmovanja za leto 2021. AD Posočje Tolmin je že drugo leto zapored poskrbelo za zelo dobro organizacijo prvenstva Slovenije v posamičnem in ekipnem mnogoboju za pionirje in pionirke (U-14). Organizator se je pri izvedbi omenjenega tekmovanja izredno potrudil ter z zelo zavzetim organizacijskim odborom in prostovoljci, ki s svojo pozitivno energijo bogatijo športno prireditev, pripravil odličen atletski dogodek, vreden pohvale in posnemanja.

VAS MOTIJO OČALA ALI LEČE?

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



VIDIM[®]
OČESNI CENTER

www.vidim.si 080 16 13

PREGLED DOGAJANJA (AVGUST–NOVEMBER 2021)



RUDOLF POSTAVIL DRŽAVNI REKORD IN NORMO ZA SVETOVNO PRVENSTVO

Slovenski rekorder v teku na 800 metrov Žan Rudolf je na atletskem mitingu v nemškem Pfungstadtu z odličnim časom 1:45,15 popravil svoj šest let star državni rekord. S tem dosežkom je postavil tudi normo za nastop na svetovnem prvenstvu, ki ga bo prihodnje leto gostil ameriški Oregon. Norma znaša 1:45,20. Zmagal je domačin Marc Reuther (1:45,12) z le tremi stotinkami prednosti, tretjeuvrščeni pa je zaostal že več kot štiri sekunde.

Prejšnji rekord 1:46,00 je Rudolf postavil pred šestimi leti na mitingu v Velenju.

TII TANJI ŽIVKO DRŽAVNI REKORD ZA PIONIRKE

Mlada slovenska tekačica Tia Tanja Živko (Kladivar), večkratna državna prvakinja, je zdaj tudi nova državna rekorderka v teku na 1000 metrov za pionirke U-16. V avstrijskem mestu Waidhofen an der Ybbs je namreč zmagala s časom 2:52,21. Prejšnji rekord (2:53,65) je držala Dorotea Rebernik in je bil star 12 let.

Tudi drugo mesto je odšlo v Slovenijo, s časom 2:53,03 ga je osvojila Urška Martinec (Pomurje).

ZBIČAJNIKOVA IN URBANČ BALKANSKA PRVAKA U-18

V srbskem Kraljevu je bilo balkansko prvenstvo za mlajše mladince in mlajše mladinke. Za slovensko reprezentanco je nastopilo 29 atletov in atletinj. Mlada slovenska reprezentanca U-18 je zelo uspešno nastopila in osvojila osem kolajn: dve zlati, tri srebrne in tri bronaste. Jakob Urbanč je popravil tudi državni rekord U-18 in z novo rekordersko znamko 74,12 zmagal in osvojil zlato odličje. Balkanska prvakinja je postala tudi obetavna Karolina Zbičajnik v teku na 400 metrov (55,78). Srebrni so bili Brina Likar (daljina, 6,10 m), Nika Šinkec (100 m, 12,27) in Maj Cizera Turk (troskok,

14,36 m) ter bronasti Aljaž Kuhar (disk, 50,74 m), Hana Jošt (800 m, 2:17,64) in Lucija Potnik (100 m, 12,39).

MAJA IN ANITA ZMAGALI NA ČEŠKEM

Maja Mihalinec Zidar je na mitingu v češkem kraju Usti nad Orlicy zmagala v teku na 100 metrov s časom 11,63 sekunde. Na 300 metrov, ki ni pogosto na programih tekmovanj, je bila prva tudi Anita Horvat (38,23).

RUDOLF ŠESTI V ŠVICI

Žan Rudolf je bil šesti na mitingu v Švici. V teku na 800 metrov je dosegel čas 1:46,44, kar je slabo sekundo slabše od njegovega državnega rekorda. Zmagal je Kenijec Michael Saruni (1:45,72), nekdanji svetovni dvoranski rekorder na 600 metrov.

KOZJEK IN ROBNIKOVA ZMAGOVALCA 12-URNEGA TEKA V KRANJU

V Kranju je potekala četrta izvedba slovenskega 12-urnega teka, v katerem sta slavila slovenska predstavnika Domen Kozjek in Nataša Robnika. Zmagovalec 12-urne preizkušnje je pretekel 131,492 kilometra. Za Kozjekom sta se na zmagovalni oder uvrstila še dva slovenska predstavnika, Boris Ivanovič (129,5 km) in Luka Videtič (127,616 km). Robnikova je v pol dneva pretekla 122,74 kilometra

oziroma 95 krogov. Druga je bila še ena odlična slovenska ultratekačica Neža Mravlje (116,088 km), tretja pa gostja iz Hrvaške Višnja Čonkaš (113,204 km).

POKALA V NOVO MESTO IN CELJE

V Novi Gorici je potekalo ekipno državno prvenstvo za mlajše mladince in mladinke, skupni zmagi pa sta odšli v Novo mesto in Celje. Atletski klub Krka Novo mesto se je tesne zmage z zbranimi 12.131 točkami veselil zmage v moški kategoriji. Atletsko društvo Mass Ljubljana je osvojilo drugo mesto (11.938 točk), Atletski klub Sloven Gradec pa tretje (8509 točk).

Atletsko društvo Kladivar Celje je med dekleti za prepričljivo zmago zbralo 13.903 točke, drugo mesto so osvojile Novomeščanke (12.191 točk), tretje pa članice ljubljanskega Massa (11.368 točk). Na prvenstvu sta bila postavljena tudi dva državna rekorda. Žan Nagode (Mass) ga je s časom 6:34,01 postavil v teku na 2000 metrov z zaprekami, Tia Tanja Živko (Kladivar) pa je v teku na 1500 metrov s časom 4:34,23 za sedem desetink sekunde izboljšala rekord Jolande Čeplak, takrat je tekmovala še s priimkom Steblovnik, v kategoriji pionirk U-16.

Med posamezniki je izstopal Nik Kozel Tomše (Radovljica), ki je osvojil kar tri posamične zmage. Najhitrejši je bil v teku na 100 (11,42) in 200 metrov (23,02), najboljši dosežek pa mu je uspel tudi v skoku v daljino (6,33 m).

RENNER ZMAGAL V AVSTRIJI

Slovenski rekorder v skoku s palico Robert Renner (Mass) je nastopil na skakalnem mitingu v avstrijskem Pottensteinu in zmagal z rezultatom 5,40 metra.

FILIPČEVA ČETRTRA V ROVERETU

Neja Filipič (Mass) je na mitingu v italijanskem Roveretu zasedla četrto mesto v troskoku s 13,89 metra, peta je bila Klara Lukan (Kladivar) v teku na 3000 m (8:51,41).



ZALJUBLJENI V ŠPORT



**PODPRI
ATLETIKO IN
PODARI
DEL DOHODNINE!**

www.olympic.si/podarim/28668111

Kam gre vaš 1% dohodnine*?

HVALA vsem, ki boste svoj procent dohodnine namenili Atletski zvezi Slovenije, saj bomo z vašo pomočjo lažje uresničevali sanje mladih atletov, da bodo pisali uspešne zgodbe. Donacija je za vas brezplačna, potrebna je le minuta časa, da izpolnite obrazec na qr kodi ali na povezavi.

* Vsak davčni zavezanec rezident lahko nameni do 1,0 % dohodnine tudi za financiranje športnih društev, ki imajo status društva v javnem interesu. Takšna donacija za vas ne predstavlja nobenega stroška, saj gre za dohodnino, ki jo sicer plačate državi.

JANEŽIČ TRETJI V PADOVI

Luka Janežič je bil tretji na mitingu v Padovi v teku na 400 metrov (45,62 sekunde), Neja Filipič je bila v troskoku četrta (13,85 m), Nick Kočevar je bil osmi na 100 metrov (10,83).

DVOJNA ZMAGA MAJE

Maja Mihalinec Zidar (Mass) je na mitingu v Mariboru, ki je štel tudi za mednarodno atletske ligo Telekom Slovenije, prepričljivo zmagala tako na 100 (11,56 sekunde) kot na 200 metrov (23,75).

Agata Zupin (Velenje) je bila najboljša na 400 metrov ovire (57,57), med atleti pa je bil na nizkih ovirah najboljši mladi lan Matic Guček (Kladivar, 51,63). Lia Apostolovski (Mass) je v skoku v višino zmagala z 1,81 metra. Jure Grkman je bil prvi na 400 m (46,73), Lovro Mesec Košir pa na 200 m (21,61). Veronika Sadek (Mass) je na 800 m z osebnim rekordom 2:04,50 ugnala Klaro Lukan (Kladivar), ki je bila druga prav tako z osebnim rekordom 2:05,40. V moški konkurenci je tek na 800 metrov, ki je bila tudi memorialna disciplina, dobil Jan Vuković (Kladivar) s časom 1:52,95. Dino Subašič (Velenje) je s 7,63 m za skoraj pol metra ugnal vse tekmece.

TRI SLOVENSKE ZMAGE NA 38. BRIXIA MITINGU

V italijanskem Bressanoneju bil 38. Brixia miting. Zaradi situacije s koronavirusom se je organizator tokrat odločil, da tekmovanje izvede kot običajen miting za mlajše mladince in ne kot obračun reprezentanc. Vseeno je nastopilo kar nekaj slovenskih predstavnikov. Zmage so dosegli Maj Bizjak (Triglav) in Vita Benedetič (Gorica), oba v skoku s palico, ter Brina Likar (Triglav) v skoku v daljino. Bizjak je preskočil 4,50, Benedetičeva 3,50, Likarjeva pa je slavila z daljavo 5,80 metra.

EKIPNI NASLOV ZA KLADIVAR CELJE

Tina Šutej (Kladivar) je v Ljubljani na ekipnem prvenstvu v skoku s palico preskočila 4,76 metra in izboljšala svoj slovenski rekord



(4,75 m). Ekipna naslova so po dveh dnevih tekmovanj osvojili člani in članice Atletskega društva Kladivar Celje. Luka Janežič je prvi dan na 400 metrov zmagal s 45,77 sekunde, dobro formo ob koncu sezone pa potrdil tudi dan pozneje z zmago na 200 m. Neja Filipič (Mass) se je izkazala v skoku v daljino, v zadnjem, četrtem poskusu je dosegla 6,43 m. Slovenska rekorderka Agata Zupin (Velenje) je na 400 m ovire zmagala z 58,05, zelo pa se ji je približala Aneja Simončič (Mass) z 58,90. Med atleti je na nizkih ovirah več kot prepričljivo zmagal mladi Matic lan Guček (Kladivar) z 51,20. Zmagi s prvega dne na 1500 m je prvo mesto na 3000 m dodala Klara Lukan (Kladivar) z 9:36,79. V troskoku je bil najboljši Jan Luxa (Mass, 15,84 m). Na pol stadionskega kroga je med sprinterkami slavila Anita Horvat (Velenje, 24,52). Veronika Sadek (Mass) je s 6:41,65 prva pretekla 2000 m zapreke.

KRŠINARJEVA BRONASTA

Neja Kršinar je na balkanskem prvenstvu v polmaratonu, ki je bilo v makedonski Bitoli, s časom 1:16:48 osvojila bronasto medaljo. S časom 1:16:02 je slavila Bolgarka Marinela Nineva.

FILIPČEVA VRHUNSKO

Na mitingu v Zagrebu je bila Neja Filipič v troskoku z osebnim rekordom druga (14,37 m). Francine Niyonsaba iz Burundija je postavila svetovni rekord na 2000 metrov – 5:21,56. Klara Lukan je bila v tem

teku sedma s slovenskim rekordom 5:40,91.

ČEH IN ZUPINOVA ZMAGOVALCA

Kristjan Čeh (Ptuj) in Agata Zupin (Velenje) sta zmagovalca letošnje mednarodne atletske lige Telekom Slovenije. Za skupno zmago sta vsak prejela po 2000 evrov denarne nagrade. Na drugo mesto se je po zadnjem mitingu v Ljubljani povzpел Robert Renner (Mass), ki je na štirih tekmah zbral 29 točk, tretji pa je bil z 28 točkami mladi tekač na 400 metrov z ovirami Matic lan Guček (Kladivar). Na četrtem mestu, ki še prinaša denarno nagrado, je s 26 točkami ligo končal Jan Luxa (Mass). Pred finalnim mitingom v Ljubljani so bile v igri za prvo mesto še tri tekmovalke – Tina Šutej, Agata Zupin in Neja Filipič. Zupinova in

Filipičeva sta na zadnjem mitingu svoji beri dodali vsaka po točko in sta bili na koncu izenačeni po točkah (31 točk), tako da je odločal boljši rezultat po tablicah svetovne atletike. S 1115 točkami je bil več vreden rezultat Zupinove, Filipičeva pa je za njo zaostala zgolj tri točke (1112 točk). Tretja je bila Šutejeva (30), četrta je bila z 28 točkami Maja Mihalinec Zidar.

JAN VUKOVIČ V BERGNU

Jan Vuković je nastopil na mitingu v norveškem Bergnu. S časom 1:48,01 je osvojil tretje mesto v teku na 800 metrov. Zmagal je Britanec Thomas Randolph (1:47,65).

EKIPNA MLADINSKA NASLOVA V CELJE

AD Kladivar Celje je v Novem mestu osvojilo ekipna državna naslova v kategoriji starejših mladincev in mladink. Fantje so zbrali 12.681 točk, dekleta pa 13.556. Med mladinci je drugo mesto osvojilo Atletsko društvo Mass iz Ljubljane (11.431 točk), tretje pa Atletski klub Krka Novo mesto (10.852 točk). Med mladinkami je bil s 13.441 točkami drugi Atletski klub Triglav Kranj, tretji pa Mass (12.727 točk).

BOJANC IN FINKOVA NEKOLIKO PRESENETLJIVO

V sklopu Konjiškega maratona je tudi letos potekalo prvenstvo Slovenije v cestnem teku na 10 kilometrov. Naslova v



Najhitrejši klipping v Sloveniji.

press clipping

Vir pravih informacij za uspešne, športnike in športne navdušence.

SPREMLJANJE
MEDIJEV

ANALIZE

ADREME

DIGITALIZACIJA
ARHIVOV

ALARMCLIP

FORENZIKA



tel: 02 25 040 10
e-pošta: press@pressclip.si
splet: www.pressclipping.si



Za informacijami tečemo že 27 let.





članski kategoriji sta si nekoliko presenetljivo pritekla Klemen Bojanc (Štajerska) in Anja Fink (Slovan). Bojanc je s časom 31:15 premagal favoriziranega Mitjo Krevsa (Štajerska), ki je bil drugi s časom 31:24, tretje mesto pa je s časom 31:45 osvojil trenutno najboljši slovenski gorski tekač Timotej Bečan (Papež).

Pri dekletih je Finkova s časom 35:01 osvojila še državni naslov v cestnem teku na 10 kilometrov. Letos se je že okronala z državnima naslovoma v krosu in teku na 10.000 metrov, zmagala pa je tudi na polmaratonu v Zagrebu. Kljub vsemu je bila njena zmaga manjše presenečenje, saj je bila na startu tudi najboljša slovenska maratonka zadnjih let Neja Kršinar (Papež). A Novomeščanka je bila tokrat hitrejša, Kršinarjeva pa se morala zadovoljiti z drugim mestom in časom 35:23. Bron je osvojila Tjaša Vrtačič iz AK Asphalt Kovač Šentjur (38:05). Med starejšimi mladinci je s časom 33:23 naslov osvojil Klemen Španring (Slovenska Bistrica), med starejšimi mladinkami pa s časom 41:37 Barbara Klinar (Radovljica). Njen klubski kolega Jakob Mulej je bil s časom 37:42 najhitrejši med mlajšimi mladinci, med mlajšimi mladinkami pa s časom 41:52 Nina Pečnik (Krka).

SLAVILI SLOVENSKI PIONIRJI

Na dvoboju med Slovenijo in Hrvaško v Čakovcu so med pionirji več točk zbrali slovenski predstavniki, med pionirkami pa Hrvatice. Slovenski pionirji so osvojili sedem posamičnih zmag, zmago v štafeti 4 x 100 metrov in skupaj z dekleti zmago v mešani štafeti 4 x 300 metrov.

MURKO NAJDLJE

V Mariboru je bilo prvenstvo Slovenije za pionirje in pionirke U-14 in U-12. Dosežek tekmovanja je dosegel Patrik Murko (Štajerska), ki je vortex vrgel do najboljšega slovenskega izida. Ta je poletel kar 81,67 metra. Murko je najdlje sunil tudi kroglo (11,87 m). Med pionirkami v tej starostni kategoriji je bila v teku na 60 metrov najhitrejša Maša Podgornik (Štajerska), ki je razdaljo pretekla v času 8,01. Nepremagljiva je bila

tudi v teku na 200 metrov, kjer je slavila s časom 26,18, ter na isti razdalji z ovirami (29,32). Četrto zlato medaljo je dodala v skoku v daljino, kjer je bila najboljša s 5,61 metra.

BEČAN IN KRKOČEVA NA ŠMARNI GORI

Timotej Bečan (Papež) in Lucija Krkoč (Nanos) sta zmagovalca že 42. teka na Šmarno goro, ki je potekal na spremenjeni progi in brez močne mednarodne udeležbe. Bečan je bil najhitrejši tako na vrhu Grmade kot Šmarne gore, v cilj pa je pritekel v času 48:44,3. Drugo mesto je s časom 51:06,8 osvojil mladi Klemen Španring (Slovenska Bistrica), tretji pa je bil s časom 51:34,7 Gašper Bregar (Papež). Krkočeva je na Šmarni gori je nastopila po 10 letih. Slavila je s časom 56:23,6, drugo mesto je osvojila Varineja Drašler (Nanos) s časom 58:15,3, šest sekund za njo pa je v cilj pritekla Špela Gonza (Štajerska). V kategoriji do U-16 sta zmagala Jaka Marinko in Sara Bilban (oba Šmarnogorska naveza), v kategoriji U-14 sta bila najhitrejša Maj Repovž (Sevnica) in Zoja Per (Domžale) ter v kategoriji U-12 Žan Dremelj (Domžale) in Kiara Blatnik (Blanca).

MITJA KREVS IN ANJA FINK

Mitja Krevs (Štajerska) in Anja Fink (Slovan) sta zmagala na državnem prvenstvu na 21 kilometrov, ki je potekalo v okviru 4. polmaratona v Novem mestu. Krevs je s časom 1:07:23 popravil svoj rekord proge, Finkova pa je z 1:15:24 tekla osebni rekord.

Na 10 kilometrov sta zmagala Klara Lukan (Kladivar, 34:37) in Roel Stiens (Mass, 35:58).

BOTOLIN POPRAVIL 42 LET STAR REKORD

Vid Botolin je na mitingu v Mariboru popravil mladinski državni rekord v teku na 2000 metrov. S časom 5:14,57 je izboljšal kar 42 let star rekord Staneta Rozmana. Rozman si v tej starostni kategoriji še vedno lasti rekorda na 5000 (14:09,7) in 10.000 metrov (30:30,8), na slednji razdalji pa je s časom 28:32,86 tudi absolutni slovenski rekorder. Rezultat je odtekel leta 1983 v Lozani.



DRŽAVNI PRVAKI V MNOGOBOJU

V Mariboru je bilo prvenstvo Slovenije v mnogobojih, v sklopu dvodnevne dogajanja pa je bilo tudi prvenstvo Slovenije v dolgih tekih za pionirje in pionirke U-14. Pionirji so tekli na 3000 metrov, pionirke pa na 2000 metrov. Zmagala sta Val Filej (Šentjur), ki je tekla 11:06,43, ter Ana Vita Verneker (Ravne), ki je slavila s časom 6:39,80. V mnogoboju so se pomerili v kategorijah od članov do pionirjev U-16. V članski kategoriji sta slavila Alen Subašič (Velenje) in Tara Keber (Novo mesto). Subašič, ki je bil edini slovenski predstavnik med člani, družbo mu je delal le Italijan Mirco Riccardi, je zbral 5852 točk, Kebrova, ki je tekmovala v družbi petih tekmovalk, pa 4735. Med starejšimi mladinci sta nova državna prvaka postala Jan Duhovnik (Mass), ki je zbral 6651 točk, in Karin Kočar (Triglav), ki je zbrala 4375 točk. Jakob Praprotnik (Mass) je bil s 5711 točkami najboljši med mlajšimi mladinci, v tej kategoriji pa je med dekleti s 5021 točkami slavila Brina Likar (Triglav). Med pionirji je zmagal Niko Štajmec (Poljane) s 5146 točkami, med pionirkami pa Hana Sekne (Triglav) s 4543 točkami.

V TOLMINU DVA REKORDA

Na mitingu v Tolminu so dosegli dva državna rekorda v teku na miljo. Vid Botolin (Kladivar) je razdaljo

članice AK Velenje, v skupni razvrstitvi občinskih reprezentanc pa je zmaga odšla v Mursko Sobotno.

MULEJ IN FINKOVA MARATONSKA PRVAKA

Na 25. Volkswagen ljubljanskem maratonu sta na 42,195 km slavila Kenijca Ernest Kibet Tarus (2:22:39) in Kwamboka Momanyi Grace (2:38:10). Slovenska maratonska naslova sta osvojila drugouvrščena Anja Fink (2:45:29) in z osebnim rekordom tekač v četrtem desetletju Janez Mulej (2:28:07), ki je bil skupno tretji. Klara Lukan je zmagala v teku na 10 km z 32:32 in popravila svoj državni rekord, na tej razdalji je Matija Rizmal s 30:51 postavil nov rekord proge in državni rekord za mlajše člane. Primož Kobe in Neja Kršinar sta zmagala v teku na 21 km. Kršinarjeva je z 1:14:23 tekla osebni rekord, Kobe pa 1:07:02.

BEČAN TRETJI NA POKALU NARODOV

Najboljšemu slovenskemu gorskemu tekaču Timoteju Bečanu je na pokalu narodov (Nations Cup), zaključku mednarodne sezone WMRA, uspel izjemen podvig. V zadnjih metrih je prehitel Italijana Daniela Pattisa in na zmagovalnem

odru stopil ob bok zmagovalca Eritrejca z nemškim potnim listom Filimona Abrahama (1:18:29) in Kenijca Lengena Lolkurruarua (1:18:49). Bečan je 19 kilometrov s 600 metrov vzpona in 1000 metri spusta pritekel v času 1,22,10.

UMRL JE NEKOČ NAJHITREJŠI SLOVENEK

V 65. letu starosti je umrl nekdanji kranjski atlet Janez Sagadin. Vrhunec njegove atletske kariere je bil v letu 1979. Na prvenstvu nekdanje države v Sarajevu je osvojil drugo mesto, s časom 10,63 pa je postavil slovenski rekord. Istega leta je na prvenstvu Slovenije v Celju ob ročnem merjenju 100 metrov pretekel v času 10,6, dvakrat daljšo razdaljo pa v času 21,7.

SKORAJ 25.000 OTROK

Atletska zveza Slovenije je tudi letos pripravila množično akcijo, s katero spodbuja otroke k prvim atletskim korakom in želi ozaveštevati sodelujoče o pomenu zdravega načina življenja. Odziv je bil odličen. Množični tek otrok Začni mlad, tekmujo pošteno je letos potekal na dan slovenskega športa, udeležilo pa se ga je več kot 200 osnovnih šol in vrtcev ter skupno rekordnih skoraj 25.000 otrok.

pretekel v času 4:09,10 (rekord za starejše mladince), njegova klubska kolegica Tia Tanja Živko pa je s časom 5:06,48 popravila državni rekord za pionirke U-16.

VELENJČANI NAJUSPEŠNEJŠI

Na Ravnah na Koroškem je bil pokal Slovenije v krosu in 55. kros občinskih reprezentanc. V skupnem seštevku pokala so tako v moški kot ženski kategoriji slavili člani oziroma



ŠPORTNI TALENT

Kako ga prepoznati

Sodoben šport je vse bolj povezan z novimi tehnološkimi, strokovnimi, znanstvenoraziskovalnimi metodami v procesu vadbe. Športnih rezultatov v atletiki danes ni mogoče več pričakovati na osnovi izkušenj, intuicije in drugih naključnih dejavnikov.



AVTOR: MILAN ČOH,
Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani

Postopki in odločitve v športnem treningu in tekmovanju morajo biti karseda učinkoviti. Razvoj sodobnih športnih tehnologij in metod v svetu in pri nas je zelo intenziven ter je povezan z vse večjim številom specializiranih institucij. Novi postopki športnega treninga so praviloma produkt visokih tehnologij in ekspertnih znanj iz kineziologije, biokibernetike, biomehanike, fiziologije, biokemije in drugih ved. Rezultati so na današnji stopnji razvoja atletike in športa nasploh vse bolj proizvod zelo načrtno vodenega procesa treninga in tekmovanj. To sta kompleksna procesa, ki imata vnaprej definirane cilje, sredstva in metode razvoja športnika.

TALENT V ŠPORTU

Uspeh v športu je odvisen od mnogih dejavnikov, ki izvirajo iz športnika samega ali pa iz njegovega okolja. Ustrezna genetska osnova posameznika, pravočasna

vključitev v proces treninga, načrtna in sistematična večletna vadba, visoka stopnja motivacije in strokovno delo so tisti dejavniki, ki omogočajo uspeh v športu. Odkrivanje za šport talentiranih posameznikov in njihovo pravočasno vključevanje v proces treniranja v tiste športne panoge, ki najbolj ustrezajo njihovim sposobnostim, je eden najzahtevnejših postopkov, s katerim se ukvarja sodobna športna znanost. Ko govorimo o talentiranem posamezniku, se nam postavlja niz vprašanj, na katere nimamo vselej zanesljivih odgovorov. Kaj je talentiranost, kako prepoznati talentiranega posameznika, kako se manifestira talentiranost,

kdo je športni talent, s katerimi instrumenti ugotavljamo talentiranost, ali sploh znamo prepoznati pravega talenta, ali poznamo pot razvoja talentiranega posameznika? Na te dileme športna stroka išče odgovore. Pri tem pa moramo ugotoviti, da so naše odločitve v praksi pogosto napačne, mnogokrat za športnika zelo boleče. Številni zelo »talentirani« mladi športniki nikoli ne dosežejo rezultatov, ki so jih osebno pričakovali ali so jih pričakovali njihovi trenerji, predvsem pa njihovi starši.

Šport je področje človekove ustvarjalnosti, ki ga pri nas visoko cenimo. Z uspehi naših športnikov se izjemno močno identificiramo kot narod. Slovenija spada nedvomno med športno najuspešnejše narode v svetu. Vendar majhen biološki potencial zahteva premišljen in strokoven pristop pri identifikaciji posameznikov za določen šport.

Na Fakulteti za šport v Ljubljani smo razvili nekatere ekspertne sisteme in metode za ocenjevanje in odkrivanje talentiranosti otrok, kot pomoč staršem in strokovnim kadrom pri sprejemanju karseda pravih odločitev glede vključevanja otrok v posamezen šport. Te metode temeljijo na uporabi specifičnih testov za ugotavljanje posameznikovih morfoloških in gibalnih sposobnosti. Pri tem pa moramo poudariti, da kljub vrhunski tehnologiji in metodologiji merskih postopkov ne moremo z absolutno gotovostjo napovedati talentiranosti in še manj bodočih športnih dosežkov. Človekov organizem je izjemno kompleksen sistem, ki ga definirajo mnogi nepredvidljivi dejavniki.

Začetni izbor, ki je povezan s prepoznavanjem talenta (ang. talent identification), je gotovo eden najpomembnejših in univerzalnih problemov v športu. To je izrazito interdisciplinarno področje, presečišče genetike, kineziologije, biomehanike, športne medicine in športne psihologije. Med praktičnimi vidiki reševanja problema velja omeniti tudi organizacijsko-tehnične, pedagoške in etične. Z začetnim izborom je tesno povezana nadarjenost – talentiranost posameznika. Kdo je nadarjen, kdo je



talentiran. Nadarjenost (ang. giftedness) je širši pojem, talentiranost je ožji pojem (Slovar slovenskega knjižnega jezika: talent – prirojena sposobnost za določeno umsko ali fizično dejavnost, dar: imeti talent za glasbo; oblikovati, razvijati svoj talent; odkriti pri kom pesniški talent; talent za matematiko). Obstaja več kot sto definicij talentiranosti. Nadarjeni otroci so tisti, ki kažejo izjemne sposobnosti na mnogih področjih delovanja. Talentirani otroci pa so tisti, ki kažejo visok potencial in izjemno uspešnost na enem od področij (Ferbežer, 2008; Baker in sod). Talent v športu je tako odvisen od genetsko pogojenih motoričnih sposobnosti in lastnosti, njihov razvoj in realizacija pa od pogojev, ki jih posamezniku nudijo starši, šola, športni klub, socialne mreže in širše družbeno okolje. Po Renzulliju (1986) je talentiranost splet nadpovprečnih sposobnosti, kreativnosti in motivacijskih lastnosti. Po Malini (2010) je talentiranost v športu kombinacija nadpovprečnih biomotoričnih sposobnosti, kreativnosti in notranje motivacije. Nadarjeni in talentirani otroci imajo generalno nekaj skupnih značilnosti. Nadarjeni otroci so podobnega obnašanja, okolica je ključna za realizacijo njihovih potencialnih sposobnosti, če nadarjenost ni pravočasno prepoznana in motivirana, se lahko pri posamezniku motivacija izgubi. Nadarjeni in talentirani otroci doživljajo svet in ožjo okolico na drugačen način kot njihovi vrstniki. Okolica je ključna za realizacijo njihove nadarjenosti. Njihove potrebe so drugačne, delo z njimi je velik izziv, vendar tudi velik napor tako za starše kot za učitelje in trenerje. Pomembno: nadarjeni in talentirani otroci si zaslužijo nadarjene trenerje, pedagoge in učitelje!

Značilnosti nadarjenih otrok je mogoče prepoznati že zelo zgodaj v njihovem razvoju: hitreje se motorično razvijajo tako v grobi kot fini motoriki, hitreje se odzivajo na govor odraslih, prej shodijo (od dva do tri mesece pred vrstniki), imajo dober spomin, hitrejši govorni razvoj, hitreje in intenzivno komunicirajo z vrstniki, imajo širok spekter interesov, so radovedni, imajo bolj razvite govorne sposobnosti, bolj kompleksno in logično tvorijo stavke, dobro in hitro opazujejo okolico.

Problem talentiranih posameznikov je v dejstvu, da niso sposobni samo na enem področju, temveč so praviloma zelo uspešni na številnih področjih – »teorija integralnega razvoja« (Ismail, 1976).

ŠPORT JE SAMO ENA OD MOŽNIH DEJAVNOSTI

Naslednja dilema je povezana z odločitvijo glede športne panoge in časa vključitve. Ali je zgodnje vključevanje otrok v šport sploh koristno? Odgovor je da in



ne. Pogosto je problem mladih talentiranih »šampionov« v prehitrem izgorevanju (»burn out«). Rezultati v zgodnji dobi športnega udejstvovanja ne zagotavljajo tekmovalne uspešnosti pozneje v dobi športne zrelosti. Mnogi najbolj talentirani posamezniki končajo v povprečju zaradi neustreznega, prezahtevnega treninga, katerega posledice so pogoste poškodbe in pomanjkanje nujno potrebne visoke stopnje notranje motivacije. Nasproti temu pa so se nekateri športniki začeli ukvarjati s športom relativno pozno, vendar so dosegli vrhunske rezultate ter nekateri postali celo svetovni prvaki in olimpijski zmagovalci. Olimpijski zmagovalec v sprintu na 100 metrov, Britanec Linford Christie, je začel trenirati sprint z 22 leti, dvakratni olimpijski zmagovalec na 400 in 800 metrov, Kubanec Alberto Juantorena, je prišel v atletski klub pri 19 letih, Rusinja Jelena Isinbajeva, olimpijska zmagovalka v skoku s palico, je pri 16 letih zapustila gimnastiko in začela trenirati atletiko. Matic Osovnikar, ki je bil v letu 2007 razglašen za najboljšega »belega« sprinterja na svetu, je sprint začel trenirati pri 15 letih. Atlet iz Bahamov Donald Thomas, ki je študiral v ZDA, je začel načrtno trenirati skok v višino pri 21 letih. Po manj kot dveh letih sistematičnega treninga je postal svetovni prvak v skoku v višino v Osaki leta 2007 z rezultatom 2,35 metra.

PRIMOŽ ROGLIČ

Tudi v Sloveniji imamo navdušujoč primer, ki se imenuje Primož Roglič. Kot pionir in mladinec je tekmoval v smučarskih skokih in dosegal nekatere odlične rezultate (zlata kolajna na ekipnem mladinskem svetovnem prvenstvu). Pri 22 letih je začel trenirati kolesarstvo in postal prvi Slovenec, ki je zmagal na najtežji gorski etapi

največje kolesarske dirke na svetu Tour de France, je dvakratni zmagovalec Dirke po Španiji (Vuelta) in olimpijski zmagovalec v kronometru – Tokio 2021. To je eden najbolj nenavadnih primerov v vrhunskem športu, da smučarski skakalec po petih letih kolesarskega treninga postane planetarni šampion v enem najbolj zahtevnih vzdržljivostnih športov.

PRAVOČASNOST

Odkrivanje in usmerjanje za šport talentiranih posameznikov in njihovo pravočasno vključevanje v proces treniranja tiste športne panoge, ki najbolj ustreza njegovim sposobnostim, je eden najzahtevnejših postopkov, s katerim se ukvarja sodobna športna znanost. Problemi izbora in usmerjanja v športu so zelo specifični, povezani s številnimi sposobnostmi in značilnostmi, ki definirajo športni rezultat. Genetski material, morfološke značilnosti, osnovne in specifične motorične sposobnosti, ustrezne psihološke in motivacijske karakteristike ter ugodno okolje nedvomno generirajo uspešnost športnika v izbrani športni panogi. Kako pomembna je genetika v športu, na to vprašanje še nimamo zanesljivega odgovora športne znanosti. Zanesljivo je pomembna vendar ne odločujoča. Obstaja »sprinterski gen«? Jamajka, ta majhna otoška država v Karibskem morju s tremi milijoni prebivalcev, je sinonim za sprint v atletiki. Na olimpijskih igrah v Londonu je osvojila 12 kolajn v atletiki, na olimpijskih igrah v Pekingju enajst, večina v sprintu. Je to naključje ali rezultat genetike ljudi tega področja? Znano je, da gen alfa-aktinin-3 (ACTN3) generira sposobnost v hitri moči. Ta gen je po raziskavah prisoten v veliki večini prebivalstva tega področja (Eynon, 2013). Poleg genetske nadarjenosti

so rezultati jamajških atletov rezultat kulturnega položaja atletike in tisočih otrok, ki vadijo in tekmujejo v sprintu.

Danes obstajajo različne metode identifikacije in selekcije talentiranih otrok in mladostnikov. Najenostavnejša in najelementarnejša je naravna metoda – spontana selekcija. Selekcija otrok na osnovi te metode temelji na trenutnih tekmovalnih rezultatih posameznika. Ti rezultati pa so lahko posledica različne količine in intenzivnosti treninga oziroma vadbe. Športni rezultati so lahko zelo pogosto posledica hitrejšega biološkega razvoja, in ne talentiranosti posameznika. Med biološko in koledarsko starostjo je lahko razlika dve ali več let. Ta metoda se je v praksi pokazala kot zelo nezanesljiva. Za mladega športnika je biološka starost lahko velika prednost ali pa latentna pomanjkljivost. Biološka starost generira visok motorični potencial, ki se manifestira s trenutnimi visokimi tekmovalnimi rezultati. Po pravilu so ti samo trenutni. Zmagovalci v mladosti praviloma niso zmagovalci v zrelejših športnih letih (Škof, 2016).

Druga skupina metod identifikacije in selekcije otrok so znanstvene metode. V mednarodnem prostoru obstaja nekaj metod, ki temeljijo na uporabi testnih baterij s področja morfologije, osnovne in specialne motorike, situacijske in funkcionalne diagnostike ter psiholoških in socioloških testnih protokolov. V te postopke so vključeni vrhunski eksperti, ki poskušajo objektivizirati in ovrednotiti pridobljene rezultate. K temu je treba dodati tudi nove diagnostične tehnologije, ki omogočajo večjo objektivnost rezultatov.



NI POPOLNOMA ZANESLJIVE METODE

Vendar lahko za večino prognostičnih metod ugotovimo, da niso povsem zanesljive. Ne obstaja metoda, na osnovi katere bi lahko zanesljivo napovedati rezultate v zreli dobi športnika. To dokazuje, da je identifikacija, selekcija in prognoza uspeha v športu sestavljena in kompleksna problematika. Uspeh v šport je odvisen od številnih notranjih in zunanjih dejavnikov. Človek je v svojem bistvu skrajno zapleten »biološki stroj«, ki deluje po predvidljivih in nepredvidljivih zakonitostih. Kombinacija

motoričnih sposobnosti, psiholoških faktorjev, kognitivnih sposobnosti, biološkega in psihosocialnega razvoja vpliva na različen tempo in dinamiko športnega razvoja posameznika.

ALI JE KORISTNO IN POTREBNO ...

... da otroke zelo zgodaj vključujemo v tekmovalni šport? Imamo mnogo primerov negativne prakse. Zgodnja specializacija ne daje pričakovanih pozitivnih rezultatov. Številni talentirani otroci, ki so bili uspešni v določenem



športu v rani mladosti, teh rezultatov niso ponovili pozneje v zreli športni dobi. Seveda imamo tudi izjeme. Tiger Woods je začel igrati golf s petimi leti, Novak Đoković tenis s štirimi, Jennifer Capriati prav tako s štirimi leti, Ana Ivanović s petimi leti. Andre Agassi in Michael Chang sta zmagovala na številnih teniških turnirjih že pri osmih letih. Janica Kostelić je bila serijska zmagovalka v kategoriji tekmovalk, starih enajst let. Zgodne vključevanje talentiranih otrok v tekmovalni šport je sicer trend v sodobnem športu. Konkurenca med športi za mlade talentirane športnike je izjemno velika. Zgodnja športna specializacija je nujno povezana s specifičnim treningom in specifičnimi obremenitvami, posledica takšne vadbe pri mladih športnikih pa so poškodbe. Zgodnja specializacija pomeni tudi pritisk okolice, trenerjev, staršev na visoke rezultate. To ustvarja pri otrocih in mladih športnikih dodaten pritisk, stanje velike odgovornosti in stresa. Velikokrat imajo trenerji in starši nerealna pričakovanja glede rezultatov svojih otrok. Ko je glavni imperativ uspeh in zmaga, mora biti trening intenziven, specifičen, enostranski, kar vodi prej ali slej do poškodb ali zasičenosti s treningom in športom na splošno. Tako naravnan šport je vprašljiv, strokovno zgrešen, mladi športniki morajo trening in tekmovalništvo doživljati tako racionalno kot emocionalno. Še vedno imamo številne primere brutalnega izkoriščanja mladih talentiranih športnikov v imenu interesov države (Kitajska, Rusija). Za otroke mora biti šport predvsem igra in zabava.



MODEL RAZVOJA

Pot do vrhunskih rezultatov v športu je dolga, naporna in nepredvidljiva. V povprečju traja od osem do 13 let. Švedski fiziolog na Univerzi v Floridi Anders Ericsson je avtor teorije 10.000 ur, kar pomeni, da lahko postane posameznik vrhunski na enem od področij kreativnega dela, kar velja tudi za šport. Ta teorija ima številne zagovornike in še številnejše nasprotnike. Vrhunski glasbenik na enem od instrumentov lahko postane po 25.000 ali več urah vadbe (Epstein, 2015). Ericssonov model ni povsem zanesljiv, zato ga ne smemo generalizirati. Modeli razvoja športnika so namreč zelo različni z vidika specifične posamezne športne panoge. Poleg klasičnega modela razvoja športnika z zgodnjo specializacijo

se v svetu in pri nas vse bolj uveljavlja tako imenovani »multilateralni model« s poznejšo usmeritvijo v specifičen šport. Pri tem modelu razvoja športnika se predvideva na začetku večstranski – multidimenzionalen trening. Široka vadba z različnimi vadbenimi sredstvi, ukvarjanje z različnimi športi, razvojem osnovnih in specifičnih motoričnih sposobnosti. Poudarek je na humanem holističnem pristopu vadbe otrok. Trening mora biti igra, ki temelji na pozitivni motivaciji in emocijah otrok. Ta strategija je tudi v skladu z zakonitostmi biološkega razvoja človeka, za katerega so značilne posamezne senzitivne faze. Nekatere od teh faz so posebej pomembne za razvijanje posameznih motoričnih sposobnosti. Zato obdobje od osmega do 12. leta imenujemo »zlato obdobje« razvoja gibalnih sposobnosti



in spretnosti. Multilateralni model športne vadbe temelji na novih spoznanjih nevroznosti razvoja intelektualnega in motoričnega razvoja otrok. Nevroni in sinapse tvorijo živčne nevronske mreže, v katerih so vgrajeni motorični programi kot posledica gibanja. Biološki in motorični potencial otrok je neposredno povezan s količino motoričnih programov. Različne športne dejavnosti tako stimulirajo razvoj večjega števila motoričnih programov, kar posledično vpliva na motorično inteligenco otrok.

MOŽGANI SO ORGAN PREŽIVETJA

V evoluciji človeka so se neprenehoma spreminjali in prilagajali okolju. Zaradi novih tehnologij in načina življenja se spreminjajo tudi danes. Najintenzivnejši razvoj možganov je od drugega do šestega leta starosti. Glede na novejša spoznanja nevrofiziologije je število nevronov dednostno pogojeno, povezave (sinapse) med nevroni (nevronske mreže) pa so odvisne od človekove motorične in intelektualne dejavnosti. Do petega leta se vzpostavi 50 odstotkov, do sedmega 75 odstotkov in do 12. leta 95 odstotkov povezav. Gastota nevronske mreže je z razvojnega v veliki meri povezana s psihomotorično dejavnostjo otroka (Rajović, 2015). Gibalna dejavnost otrok je v današnjem času še posebej pomembna kategorija njihovega razvoja. Sodoben čas, elektronski mediji, internetne komunikacije so otroke in mladino »vkljenili« v virtualne svetove z vsemi posledicami, ki se kažejo predvsem v kroničnem pomanjkanju gibanja.

METODE ODKRIVANJA

Na Fakulteti za šport v Ljubljani razvijamo nekaj ekspertnih sistemov in metod za ocenjevanje in odkrivanje talentiranih otrok kot pomoč strokovnim kadrom pri sprejemanju odločitev glede vključevanja otrok v posamezne športne panoge. Te metode in ekspertni sistemi temeljijo na uporabi specifičnih testov za ugotavljanje posameznih gibalnih sposobnosti, funkcionalnih sposobnosti in morfoloških (telesnih) značilnosti. Izbor testov mora biti



povezan s sposobnostmi in značilnostmi, ki so pomembne za posamezno športno panogo. Eksperti za izbrane športne panoge izdelajo sistem za oceno potencialne uspešnosti športnika. Bolj ko je športna panoga kompleksna, težje manj zanesljiva je ekspertna odločitev. Temeljni ekspertni sistem v Republiki Sloveniji je Talent, ki ima za cilj odkrivanje športnih talentov in njihovo usmerjanje v izbrane športne panoge. Pri tem ne gre samo za odkrivanje nadarjenosti, ki bi vodila do vrhunskih športnih rezultatov, temveč za pomoč staršem, učiteljem športne vzgoje, trenerjem in otrokom samim pri sprejemanju odločitev o izbiri »prave« športne panoge.

V nekaterih športnih panogah, kot je atletika, uporabljamo nekatere nove diagnostične tehnologije in specifične teste za identifikacijo talentiranih otrok za posamezno športno panogo. Proces identifikacije talentiranosti ni enkratno dejanje, ampak kontinuiran proces spremljanja razvoja mladih športnikov. Zaradi različne dinamike njihovega telesnega in duševnega razvoja ter specifične športa to področje zahteva skrajno odgovorno in kritično ocenjevanje njihovega potenciala. Otrok in mladostnik pa naj izbere tisti šport, ki ga notranje bogati in osrečuje; le nekaterim pa bo dana tudi možnost doseganja vrhunskih rezultatov.



Literatura:

- 1. Baker, J., Cobley, S., Schorer, J. (2012).** Talent identification and development in sport. Routledge, Taylor & Francis Group.
- 2. Epstein, D. (2015).** Športni gen. Talent, trening in resnica o uspehu. UMco, Ljubljana 2015.
- 3. Ericsson, A. (2007).** Deliberate practice and the modifiability of the body and mind: Toward a science of the structure and acquisition of expert and elite performance. *International Journal of Sport Psychology*, 38, 4–34.
- 4. Eynon, N., Hanson E., Lucia, A., Houweling, P., Garton F, North, K., Bishop, J. (2013).** Genes for elite power and sprint performance: ACTN3 leads the way. *Sports medicine*, 43 (9), 803–817.
- 5. Ferbežer, I. (2008).** Nadarjeni otroci, Radovljica, Didakta.
- 6. Ismail, A. (1976).** Integralni razvoj: teorija i eksperimentalni rezultati. *Kineziologija* 6(1,2), str. 7–28.
- 7. Malina, R. (2010).** Early Sport Specialization: Roots; Effectiveness, Risks. *Current Sports Medicine Reports*, Vol. 9, No. 6, 364–371.
- 8. Rajović, R. (2015).** IQ otroka – skrb staršev. *Mensa Slovenije*, Ljubljana
- 9. Renzulli, J. (1986).** The three-ring conception of giftedness: a developmental model for creating productivity. *Conceptions of giftedness*. London, Cambridge University Press.
- 10. Škof B. (2016).** Šport po meri otrok in mladostnikov. Fakulteta za šport, Ljubljana.

ANABEL

ALEN PODLESNIK



 [RADIOCENTER.SI](https://www.radiocenter.si)

ANDROID APP ON
Google play

Available on the iPhone
App Store



Feel Good Jutro

HITRADIO
center



'MAM NAJBOLJŠO TV-IZKUŠNJO. 'MAM NEO.

telekom.si/neo



DALJINEC, KI ME RAZUME

NEO razume vaše želje. Minili so časi, ko ste ure in ure brskali med kanali, da bi našli kaj zanimivega. Zdaj z glasovnim ukazom v slovenščini hitro in enostavno poiščete svojo najljubšo oddajo, serijo, film ali igralca. Tukaj pa se superiornost daljinca ne ustavi, saj lahko poiščete tudi vremensko napoved ali pa s pametnim glasovnim ukazom nadzorujete svoj pametni dom.



IGRE NA TV-JU

Za igranje iger na televiziji ne potrebujete več dragih konzol, NEO vse ponuja v oblaku. Trenutno lahko prek platforme NEO igrate več kot 95 iger, seznam pa se vsak mesec povečuje. Med njimi lahko najdete igre tako za odrasle kot otroke, pa tudi tiste, ki so primerne za vse starosti. Kdo ne uživa v prikupnih avanturah igre *LEGO Star Wars: The Complete Saga* ali v pustolovščinah na divjem zahodu v igri *Call of Juarez: Gunslinger*?

VARNA ZABAVA ZA OTROKE

Otroški park je čudežna dežela zabavnih vsebin za vaše otroke. Na enem mestu so zbrane vse njihove najljubše risanke, ki jih lahko izbirate glede na starostno obdobje ali pa poiščete vse vsebine z njihovim najljubšim risanim junakom. V miru jim prepustite televizijo, saj lahko vsebine Otroškega parka otroci zapustijo le z vpisom starševskega gesla. To pa je vaša skrivnost.

MARATON ZA VIKEND

Vzemite si čas za epizodo svoje najljubše serije. In še eno. Morda še eno? V videotekah vam NEO po koncu vsakega dela ponudi naslednji del, če je seveda na voljo. Funkcija Ogled nazaj vam omogoča ogled vsebin zadnjih 7 dni, s funkcijo Snemalnik pa lahko vsebine posnamete in jih shranite za 30 dni. Tako si lahko za vikend priredite maraton po svojem okusu. Maraton lahko poteka kjerkoli, saj NEO omogoča ogled tudi na drugih napravah, kot so računalnik, tablica ali mobilni telefon.

LIGA ZASE

NEO je res liga zase. Nogometni navdušenci lahko navigirajo iz prve vrste, saj lahko spremljate največje spektakle španske, italijanske, nemške in francoske lige iz udobja svoje dnevne sobe. Na svoj račun pa pridete tudi oboževalci košarke, ki lahko spremljate naše zvezdnike v NBA, ABA in drugih ligah.



NEO tako res zagotavlja najboljšo TV-izkušnjo, kar prikazuje tudi število zadovoljnih uporabnikov, ki raste vsak mesec. Preizkusite NEO platformo tudi vi in ustvarjajte prihodnost zdaj. Obiščite spletno stran neo.io/prijava/promo-koda in si zagotovite 30-dnevni brezplačen preizkus.



TelekomSlovenije